Ф. П. ПОНОВ

ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ В НАРОДНІЙ МЕДИЦИНІ

О. П. ПОПОВ

ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ В НАРОДНІЙ МЕДИЦИНІ

ВИДАВНИЦТВО «ЗДОРОВ'Я»
КИЇВ — 1965

615.9
П58

В книжці описуються рослини, які застосовують у народній медицині при різних захворюваннях, розповідається, як їх збирати, сушити і зберігати.

Книжка ілюстрована, вона розрахована на лікарів, біологів, на осіб, які цікавляться народною медициною, та на масового читача.

КИЇВСЬКА ФАБРИКА НАБОРУ

ВІД АВТОРА

Пропонуючи цю свою скромну працю науковому медичному світові, лікарям і любителям траволікування, або фітотерапії, я мав на меті звернути їхню увагу на цю галузь медицини, відому, головним чином, у народі, і показати, як багато засобів допомоги хворим можна взяти з рослинного світу і як багато ще не вивченого або недостатньо вивченого і тому не використаного залишилося в народній медицині.

Я описав у своїй книзі не тільки ті рослини, які не включено до Державної фармакопеї СРСР, але й ті, які давно занесено до неї, але повністю не вивчено, і тому багато лікувальних властивостей, які мають ці рослини, залишилося досі не використаними.

Візьмемо для прикладу гіркий полин, який серед інших рослин запропоновано увазі читачів і висвітлено в нашій книзі з точки зору народної медицини і відповідно до її досвіду. В офіцинальній, науковій медицині гіркий полин відомий лише як рослина, з якої добувають гіркопряну речовину, що збуджує апетит, а в народі, наскільки нам відомо, нараховується до 35 випадків різноманітного, часом дуже ефективного застосування цієї рослини.

Крім того, які не є цінні всі офіцинальні препарати з рослин, але вони, будучи витяжкою певних активних речовин, часто бувають дуже сильні за своєю дією, і тому не всякий організм легко переносить їх, а такі народні препарати, як простий відвар або свіжий сік з багатьох рослин, які містять у собі цілий комплекс лікарських речовин, організм легше переносить, з чим лікареві у певних випадках доводиться рахуватися.

Деякі рослини мають своєрідну особливість: з них найбільш цілющим є свіжий сік. До думки про лікарську

перевагу свіжого соку особливо схильні гомеопати, які тому й вважають за правило користуватися для лікування свіжим соком, а якщо вони й роблять витяжки, то тільки з свіжих, а не з сухих рослин.

На це протягом останнього часу звернув свою увагу й Фармакологічний комітет Ученої медичної Ради Міністерства охорони здоров'я СРСР. 30 червня 1956 р. він затвердив інструкцію по застосуванню свіжого соку з алое, який раніше використовували у вигляді порошку під назвою сабур.

З молодих років я збираю відомості про лікарські рослини в Курській і Бєлгородській областях РРФСР і, частково, на Україні, а багато що запозичив і від людей, які побували на Далекому Сході, в Сибіру та в інших частинах Азії й принесли звідти досвід народної медицини.

Описуючи в таких і подібних випадках не свій, а запозичений лікувальний досвід і метод, я намагався старанно перевірити його і зазначити точні дози, якщо це було необхідно.

Я повинен попередити читачів, що цю книгу — збірник народного медичного досвіду — я пропоную як сирий матеріал увазі, головним чином, наукових медичних працівників і лікарів для фармакологічного й клінічного дослідження й санкціонування того, що ще не ввійшло до Державної фармакопеї СРСР і що ще не впроваджено в лікувальну практику. Тому користуватися цією книжкою як домашнім лікувальним посібником, без суворого лікарського контролю, особливо над отруйними рослинами, не рекомендується.

Вважаю за свій обов'язок висловити глибоку подяку лікарці з м. Львова А. К. Щербаковій, яка проклала мені першу путь у цій галузі знань, допомогла мені в моїй роботі. Я вдячний також і провізорові однієї з аптек м. Сімферополя М. Ф. Аверченко, яка допомагала мені медичною літературою.

Я буду радий, якщо ця книга виявиться корисною для читачів.

ВСТУП

Що таке народна медицина, або народний медичний досвід? Це — вічне джерело знань і досвіду в галузі медичної самодопомоги, джерело лікарських засобів, що їх добувають з царства рослинного світу, а іноді й з простих побутових предметів. Це, зрештою, постійний таємний рушій наукової медицини, яка, відповідно до загального розвитку науки й техніки, вже далеко просунулася вперед, особливо за останній час, випередивши, звичайно, народну медицину, але ніколи не покидала й не забувала її в тяжкі моменти свого історичного розвитку. В зв'язку з цим варто ще раз згадати, як багато різних вітамінів, антибіотиків, всіляких серцевих засобів та інших цінних препаратів добуто протягом останніх років з лікарських рослин, про які давно відомо, що їх застосовували з лікувальною метою в народній медицині.

Після Великої Вітчизняної війни Міністерство охорони здоров'я СРСР вирішило, що треба активніше, ніж досі, вивчати й використовувати вітчизняну флору і особливо лікарські рослини. В Москві було засновано спеціальний інститут по вивченню лікарських рослин (ВІЛАР) і залучено до цієї роботи велику кількість наукових медичних працівників.

Не менш енергійно працюють у галузі такого дослідження рослин і наукові працівники України. В нашій республіці є спеціальний науково-дослідний Інститут мікробіології імені академіка Д. К. Заболотного Академії наук Української РСР. В цьому інституті є, зокрема, й відділ антибіотиків. Результати наукових досліджень інституту представлені, наприклад, у книгах, що вийшли у видавництві Академії наук УРСР: «Антимікробні речовини вищих рослин» (1958), «Фітонциди в медицині»

(1959) і «Фітонциди» (1960) та в багатьох інших наукових працях.

Старанне відшукування й виявляння фітонцидів у рослинах і навіть у таких простих городніх рослинах, як цибуля, часник, хрін, редька та інші, зайвий раз доводить, що народна медицина є важливим джерелом для плодотворного наукового вивчення лікарських рослин.

На нашу думку, кожний громадянин Радянського Союзу, який відкриє новий вид лікарської рослини чи новий засіб лікування або взнає що-небудь корисне у бабок-знахарок чи в кого-небудь іншого, хто приховує народний лікувальний досвід, повинен все це викласти на стіл перед наукою для перевірки й санкціонування, якщо воно виявиться правильним і корисним.

Закликаючи до такого змагання кожного читача своєї скромної наукової праці, я, як любитель лікування травами, повинен попередити про деякі обов'язкові умови, які треба виконувати під час збирання, сушіння та зберігання лікарських рослин. Якщо ці умови не виконувати під час заготівлі, рослини втрачатимуть свою лікарську силу, і тоді народний лікувальний досвід виявлятиметься невикористаним.

І. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ ПРО РОСЛИНИ, ЯКІ ЗАСТОСОВУЮТЬ У НАРОДНІЙ МЕДИЦИНІ

1. ЗБИРАННЯ, СУШІННЯ ТА ЗБЕРІГАННЯ РОСЛИН

Збирати рослини для лікувальної мети завжди треба в суху і ясну погоду. Траву й квіти треба збирати, коли рослина цвіте; коріння — восени або рано навесні, коли стебла й листя ще тільки починають рости; плоди — коли вони повністю дозріють.

Бувають і винятки з цього загального правила, вони зазначені в описах рослин (у II частині книги).

Сушити більшість рослин треба завжди в тіні, на горищах або під повіткою, а не на сонці, і так, щоб вони весь час провітрювалися; деякі рослини (конвалію та ін.) треба сушити на сонці, а решту, особливо ті, з яких збирають коріння,— в теплій печі (про це сказано в текстах статей).

Коріння перед сушінням треба мити, і лише коріння деяких рослин (наприклад, лопуху) треба тільки обчищати від землі щіткою і, звичайно, перед сушінням розрізати вздовж.

Зберігати висушені рослини завжди треба в паперових кульках або в обгортках, підвішеними; якщо ж просто в ящичках, то їх попередньо треба застилати всередині папером. Строк придатності для трави — один рік, для коріння, плодів і насіння — два роки і навіть більше. Приміщення для зберігання висушених рослин треба вибирати сухе й прохолодне, тобто горища або кімнати, в яких ніхто не живе.

2. ФОРМИ ЛІКАРСЬКИХ ПРЕПАРАТІВ З РОСЛИН

Заготівельник лікарських рослин повинен знати, в якому вигляді і як саме готувати ліки з них. Найчастіше для внутрішнього вживання, а іноді й для зовнішнього застосування з рослин готують відвари.

Відвари бувають двох видів: одні «тривалі», тобто з тривалим (близько доби) настоюванням лікарської сировини в холодній воді, яку потім кип'ятять, а інші — більш легкі — «інфузи», коли рослину в певній дозі заварюють, як чай, і не кип'ятять, а лише настоюють у теплому місці протягом 15—20 хвилин. Ці обидва види відварів проціджують і зберігають для вживання не довше як одну добу в прохолодному місці.

Дозу трави позначають так: 20,0—200,0, що означає: 20 *г* лікарської сировини на 200 *мл* окропу; якщо ж нема в чому зважити, то треба знати, що це дорівнює одній столовій ложці з «горою» на одну склянку окропу або холодної води. Дози бувають і інші: 15,0, що означає 15 *г* і дорівнює одній столовій ложці, але без «гори»; 10,0 або 10 *г*, що дорівнює десертній ложці або двом чайним ложечкам; 5,0, або 5 *г*, що дорівнює одній чайній ложечці.

Крім відварів, в особливих випадках роблять і *настої*. Коли їх готують, то лікарську сировину з рослини (завжди подрібнену) не кип'ятять, а настоюють на холодній воді протягом 6—8 годин, потім проціджують і зливають у скляну посудину.

Настойку, або по-латинськи *тинктуру,* не слід сплутувати з настоєм, тому що лікарську сировину в цьому випадку настоюють не на воді, а на спирті. В нашій книзі цифра, наприклад, 25,0 означає, що на 100 *г* спирту беруть 25 *г* рослини. При домашньому приготуванні настойки люди, замість спирту, застосовують горілку, але дозу горілки беруть у два рази більшу.

Настоювати лікарську сировину треба в теплому місці протягом 8—10 днів, причому її необхідно зрідка збовтувати. Перш ніж настоювати траву або коріння, їх треба подрібнити. Готову настойку проціджують і зливають у флакон.

Екстракт з рослини, якщо нема приготованого в аптеці, замінюють у народі простим відваром, але згущеним у гарячій печі до половини, причому часто відвар випаровують у закритій посудині (в горщику, накритому покришкою, яку замазують тістом). Так робити особливо необхідно при використанні ефіроолійних рослин. Дози вживання екстрактів домашнього приготування завжди дорівнюють дозам аптечних настойок.

Порошки готують найчастіше в металевому посуді (замість фарфорового, аптечного). Рослинну сировину

товчуть, поки вона не перетвориться на борошно. Зберігати порошок треба в добре закупореній скляній посудині. Вживати порошок краще свіжоприготованим.

Мазі готують на основах, найчастіше таких, як свинячий внутрішній відтоплений жир (нутряк), який легко всмоктується в шкіру людини, а також несолоне коров'яче масло або вазелін (найкраще жовтий). В основу кладуть або порошок з рослини або екстракт (згущений відвар) чи настойку, або ж свіжий сік. Останні три форми важче змішати з основою, ніж порошок, і потрібно старанно й тривалий час змішувати все, поки не захолоне розігріта перед цим основа. Доза приготування здебільшого 1 : 4, тобто, одна частина рослини на чотири частини основи.

Свіжий сік. Доза вживання його завжди дорівнює дозам настойки. Зберігати його можна, додавши до нього 20% спирту.

3. ПРОЦЕДУРИ ПРИ ЛІКУВАННІ ТРАВАМИ

Відвари рослин часто використовують не тільки для вживання *всередину*, але й для *зовнішнього застосування:* як зігрівальні компреси, ванни й напівванни (сидячі), або для клізм і спринцювання.

Для *зігрівального компресу* беруть простирадло (найкраще полотняне), намочують його теплим відваром зазначеної рослини й швидко, поки воно ще тепле, обгортають ним увесь тулуб хворому. Поверх цього простирадла, також швидко, щоб не дати йому вихолонути, накладають друге простирадло, але сухе, а поверх цих двох простирадел хворого обгортають вовняною тканиною (вовняною ковдрою) і пришпилюють її по краях булавками, щоб покривала не розійшлися, коли хворий перевертатиметься. Хворий повинен пробути отак закутаний протягом однієї—півтори години. Робити такий компрес найкраще наніч. Після закінчення компресу всі покривала треба обережно знімати з хворого, прикриваючи його ковдрою, щоб йому не було холодно. Якщо хворий ще спить, хоч уже й настав час знімати покривала, його не треба будити, поки він не прокинеться сам, і тоді вже й розкутати його.

Для *ванн* і *напівванн* відвар розводять наполовину водою або заварюють 50 *г* трави на відро води. Тривалість ванн — 20—30 хвилин.

II. ОПИС РОСЛИН І ЛІКУВАЛЬНЕ ЗАСТОСУВАННЯ ЇХ У НАРОДІ

№ 1. Агава американська, столітник (Agave americana) — тропічна рослина (походить з Південної Америки), з родини амарилісових однодольних цибулинних рослин.

У нашій країні вона поширена як кімнатна декоративна рослина (мал. 1), схожа частково на іншу, також кімнатну рослину,— алое, або столітник (див. нижче, за алфавітом), і, якщо чим-небудь і відрізняється від нього за зовнішнім виглядом, то лише тим, що листки у неї ширші, розміром у півдолоні, у неї нема біля кореня ніякого стебла, яке б піднімалося над м'ясистими шиповидними листками, як це іноді буває у алое.

У звичайних умовах агава росте 15—20 років, а вживати листя для лікування слід з рослин, яким не менш як по три роки.

Агава американська має майже такі самі хімічні й фармакологічні властивості, як і алое, але її ще не вивчено, і з лікувальною метою її застосовують лише в народі. Ліки з цієї рослини застосовують при зовнішніх хворобах (ранах, наривах та ін.) і внутрішніх (при хворобах шлунка, печінки, легень та інших органів) як знезаражуючий, протизапальний, болетамувальний, жарознижувальний, очисний та відхаркувальний засіб.

Листки цієї рослини при зовнішньому лікуванні застосовують у свіжому вигляді, розщеплюючи листок і прикладаючи його до хворого місця розрізаним боком. Особливо добрий ефект дає застосування цієї рослини при наривах на животі й при болісному ішіасі (запалення сідничного нерва).

Щодо лікування агавою американською ішіасу, то треба додати, що у деяких осіб, у яких дуже чутлива шкіра, при накладанні на хворе місце й тривалому триманні агави буває сильний (до болісності) жар, але боя-

тися такої реакції не треба: поганих наслідків і ускладнень не буває, і той, хто витерпить її, матиме позитивні наслідки лікування. Щоб зменшити подразнення шкіри, до хворого місця треба час від часу прикладати тонким шаром свіжий сир з кислого молока.

При внутрішніх захворюваннях агаву вживають здебільшого у вигляді настою на воді (протягом 6 годин) свіжого подрібненого листя її, а у вигляді порошку — тільки при хворобах печінки та при жовтяниці. Суміш із свіжого соку агави американської з медом вживають всередину при туберкульозі легень і при затяжному й стійкому бронхіті (див. статтю *Алое*).

Мал. 1. Агава американська.

Способи застосування. *Настій* агави готують так: беруть один листок рослини середньої величини, подрібнюють його, кладуть у склянку холодної води й настоюють його протягом 6 годин, проціджують крізь марлю й п'ють по одній столовій ложці, три рази на день, перед їдою.

Відвар агави вживають у таких самих дозах.

Вживаючи настій або відвар при шлункових хворобах (особливо при диспепсії), ці ліки найкраще поєднувати з відваром полину (10,0—150,0) в такій концентрації:

одна частина полину на п'ять частин агави з такою самою дозою вживання.

Свіжий сік з агави вживають замість настою або відвару по 20 крапель на ложку води, що особливо рекомендується при водянці, яка починається, та для врегулювання порушеного при цьому травлення, але в поєднанні з полином.

Ліки цього складу готують так: 1 *г*, або 20 крапель, настойки полину (або одну столову ложку відвару) беруть на 5 *г*, або на одну чайну ложечку, соку агави, розводять у 0,5 *л* прокип'яченої води. Доза вживання: по одній столовій ложці, три рази на день.

Порошок готують з розчленованого висушеного на повітрі листя, потовченого й просіяного. Зберігати в сухому місці. Вживати по 0,2—0,5 *г*, або по стільки, скільки вміститься на кінчику складаного ножика, три рази на день.

Аїр болотяний (Acorus calamus) — див. *Лепеха болотяна.*

№ 2. Алое, алое деревовидне, столітник (Aloe arborescens).

Алое — тропічна, іноді деревовидна, рослина з родини лілійних. Росте в Південній Африці та в Індії і дуже поширена в нашій країні як декоративна кімнатна рослина. Має відносно короткий стовбур і великі м'ясисті мечовидні видовжені листки, завдовжки іноді до 60 *см*, з шипуватими краями й з колючками.

Є багато видів цієї рослини, але з лікувальною метою використовують головним чином один вид — дике південноафриканське алое деревовидне, з якого добувають сабур, тобто згущений сік у вигляді кусків або порошку. Цей згущений сік застосовують у медицині як проносний засіб (при боротьбі з тривким хронічним запором), та як засіб для внутрішнього вживання, який поліпшує травлення.

Сабур протипоказаний для хворих на хвороби печінки й жовчного міхура.

До речі, сабур чомусь забули і тепер мало вживають.

У народній медицині застосовують сік із свіжих листків алое: всередину — проти туберкульозу легень (з медом та з іншими речовинами; див. у кінці статті), для регулювання жіночих «місячних» — в середніх дозах, не більш як по 8—10 крапель за один раз, а також для апетиту.

Сік із листків алое входить і до складу деяких сечогінних засобів, які застосовують при боротьбі з хворобою печінки.

Як зовнішній засіб, цей сік дуже часто й досить вдало застосовують при опіках, старих ранах, що ятряться, та при виразках (для утворення шкірочки) і навіть при гнійному запаленні очей або при катаракті (сірому більмі), що починається, як примочку з розведеного соку (у відношенні 1 : 10) або з настою листя.

Протипоказано застосовувати сік із свіжих листків алое при геморої, що кровоточить, при маткових кровотечах і надмірних менструаціях, при запаленні нирок або сечового міхура та при вагітності; він мало придатний також і для швидкого випорожнення кишечника.

Фармакологічний комітет Ученої Ради Міністерства охорони здоров'я СРСР звернув увагу на народний досвід користування свіжим соком алое і 30 червня 1956 р. дозволив випускати і вживати препарат сік алое, який консервують 20%-ним розчином спирту, визнав його добрим засобом для внутрішнього вживання проти різних хвороботворних бактерій: при дифтерії, черевному тифі, дизентерії, гастритах і хронічному запорі (доза: по одній—дві чайні ложечки, 2—3 рази на день, за півгодини до їди).

Визнано дуже корисним також і зовнішнє застосування цього соку при лікуванні опіків, застарілих виразок, заражених ран, при запаленні кісткового мозку (остеомієліті) з відкритим гнійним вогнищем та при всяких інших наривах і флегмонах (запалення й змертвіння пухкої підшкірної клітковини). Протипоказань до зовнішнього застосування соку алое немає.

Наукова медицина визнала, крім звичайного згущеного соку-порошку сабуру, ще кілька препаратів з цієї лікарської рослини. В аптеках ще є сухий екстракт сабуру, який у два рази активніший за простий сабур; є й настойка сабуру й густий екстракт смугастого алое.

Крім усього цього, для підшкірного введення при різних хворобах очей, при виразках шлунка й дванадцятипалої кишки, при бронхіальній астмі та при цілому ряді інших захворювань застосовують екстракт з листя алое за способом В. П. Філатова. Емульсія алое вживається спеціально при променевій хворобі.

Все це говорить за те, що ця рослина винятково корисна і що її необхідно розводити у себе в кімнатах, вона може бути потрібна для лікувального використання в долікарський період та в тих випадках, коли нема готових препаратів з неї.

Народні способи застосування препаратів з алое точно такі самі, як і при лікуванні агавою.

Народна суміш ліків з алое або агави для внутрішнього вживання при туберкульозі легень, а також і при тривкому бронхіті:

смальцю свинячого або гусячого . . .	100 *г*
масла вершкового (несолоного) . . .	200 *г*
меду чистого (бджолиного)	100 *г*
соку з листя алое (або агави) . . .	15 *г*
какао (не обов'язково, для смаку) . .	50 *г*

Вживати два рази на день, по одній столовій ложці на склянку гарячого молока.

Готові препарати з деревовидного алое (в аптеках):

сухий екстракт сабуру в пілюлях; вживати за один раз не більш як по 0,1 *г;*

густий екстракт смугастого алое; вживати також сухий, по три рази на день, перед їдою;

настойка сабуру; по 10—20 крапель, три рази на день, перед їдою.

Алтея лікарська (Althaea officinalis) — див. *Рожа лікарська.*

Альпійська фіалка (Cyclamen europeum) — див. *Цикламен європейський.*

№ 3. Аніс звичайний; українська народна назва — ганус (Anisum vulgare); з лікувальною метою використовують його насіння.

Аніс — однорічна рослина з родини зонтичних. Походить з Малої Азії, вирощується в нашій країні (у Воронезькій області) для медичних і технічних потреб. Цю трав'янисту рослину часто вирощують на городах та в палісадниках.

Рослина буває заввишки до 30—50 *см,* має округле, покрите коротким пушком, стебло. Нижні листки суцільні, з довгим корінцем, надрізано-зубчасті по краях, а верхні — майже сидячі трироздільні, з вузькими частками. Квітки в анісу білі, дрібні, зібрані в 6—10-променевий плоский складний зонтик. Плоди — шорсткі двосім'янки. Цвіте рослина в червні — липні. Насіння має терпкувато-солодкий смак і сильний специфічний запах.

В дикому стані цієї рослини нема.

У народі часто користуються насінням анісу, з якого готують відвар або дістають анісову олію чи нашатирно-анісові краплі, які є в аптеках. З народного досвіду помічено, що насіння анісу є вітрогінним, очисним, пом'якшувальним, відхаркувальним, жарознижувальним, сечогінним і протиспазматичним засобом. Найчастіше насіння анісу вживають при всіх грудних недомаганнях як засіб, що розріджує мокротиння, а також як відхаркувальний, пом'якшувальний і заспокійливий при астматичних приступах засіб. Часто його вживають навіть кожної години підряд.

Корисне це насіння й для поліпшення функціональної діяльності шлунка й кишечника, майже при всіх хворобах травного апарата. У народі, крім того, відвар з насіння анісу вживають як засіб, що збільшує кількість молока у матерів, які годують.

Матроси знають анісову олію, як добрий і приємний засіб від цинги. Найчастіше вони вживають її на горілці.

У народі порошок з насіння анісу змішують з порошком білої чемериці (порівну) й роблять з цієї суміші мазь: беруть одну частину суміші на дві частини свинячого внутрішнього жиру й добре змішують. Ця мазь — найрадикальніший засіб проти гнид і вошей, що паразитують у волоссі на голові (особистий досвід автора).

Через те, що чемериця **надзвичайно отруйна**, з нею треба поводитися дуже обережно. Змазувати голову треба скляною лопаточкою, а не пальцями.

Способи застосування. *Відвар насіння:* 15,0—200,0, або одна столова ложка на склянку окропу; вживати по $^1/_4$—$^1/_2$ склянки, 3—4 рази на день, за півгодини до їди.

Олія: по 2—3 краплі, на цукор.

Нашатирно-анісові краплі: по 5—10 крапель.

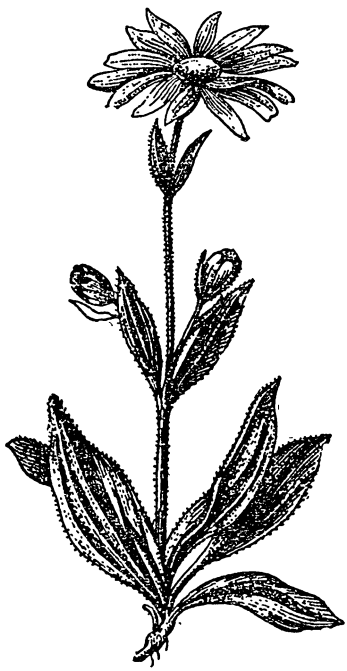
№ 4. Арніка гірська, скусівник гірський (Arnica montana); з лікувальною метою використовують квітки, а іноді й коріння цієї рослини.

Це багаторічна рослина з родини складноцвітних (мал. 2). Поширена вона в західних місцевостях Білорусії та України, а також у Литві й Латвії та на Карпатських горах. Відповідно до своєї назви (гірська), вона росте здебільшого на горах, але іноді й по лісових луках.

Стебло в цієї рослини прямостояче, заввишки 30—60 *см,* залозисто-пухнасте, гіллясте, але тільки вгорі. Листки супротивні, сидячі,

довгасто-обернено-яйцевидні; прикореневих листків — від 4 до 6, стеблових — 2; самі верхні листки дуже дрібні. Кошики для квіток великі, з війчастим квітколожем і з одно- дворядною обгорткою, квітки оранжеві. Плоди — пухнасті сім'янки, завдовжки 6—8 *мм*. Кореневище коротке, товсте.

Заради ефірної олії та дубильних речовин гірську арніку застосовували в науковій медицині у вигляді відвару, а більше у вигляді настойки для внутрішнього вживання — як заспокійливий і протиспазматичний засіб (при спазмах кровоносних судин).



Мал. 2. Арніка гірська.

Ліки з гірської арніки застосовували також в акушерській практиці та в інших випадках лікування жіночих хвороб: при недостатньому відновлюванні матки після родів та при всяких запальних захворюваннях статевої сфери — не тільки як заспокійливий, але й як кровоспинний засіб.

Зовнішньо застосовують здебільшого настойку з цієї рослини (у відношенні 1:10) як кровоспинний і затягувальний засіб при свіжих ранах, а більше як заспокійливий і пом'якшувальний засіб при забиттях і саднах.

Тепер гірську арніку вилучено з аптек.

У народній медицині гірську арніку застосовують, як і раніше, досить широко. Всередину ліки з неї вживають при бронхіті й набряку дихального горла (одночасно з полосканням), при слабкості шлунка, при подагрі, грипі, хворобах серця, при судомі, епілепсії, струсі мозку та апоплексії (крововиливі в мозок), а також як сечогінний засіб.

Зовнішньо препарати з цієї рослини застосовують як сильний кровоспинний засіб навіть при великих пораненнях, при забиттях і опухах (кров'яних), при неврологіч-

ному болі, особливо зубному, при паралічі та в інших подібних випадках.

У багатьох випадках я перевірив лікувальну дію препаратів з гірської арніки і вважаю, що оскільки цю рослину так широко використовують у народі, то треба було б, щоб і лікарі також більше приділяли їй уваги. Вона заслуговує на те, щоб від неї не відмовлялися.

Способи застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день (до їди).

Настойка саморобна. Її роблять звичайно з 100 *г* квіток гірської арніки на 1 *л* 70%-ного спирту або горілки.

В гомеопатичних аптеках є й готова настойка з цієї рослини, приготована з її кореневища й свіжої квітучої трави.

Доза: спиртової настойки — по 30—40 крапель, а горілчаної — по 60—70 крапель, три рази на день.

Зовнішньо настойку застосовують не розведеною як подразливий і відтяжний засіб, а в інших випадках її треба розводити у відношенні 1 : 10.

Бабакуля (Taraxacum officinale) — див. *Кульбаба лікарська.*

Бабка (Plantago major) — див. *Подорожник великий.*

№ 5. Багно звичайне, багнюк, багульник, блощинник (Ledum palustre); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Багно звичайне (мал. 3) — кущова рослина з родини вересових. Росте по болотах (мохових, торф'яних) або поблизу від них та в хвойних лісах повсюди в Радянському Союзі (нема лише на півдні країни), у Скандінавії, в Середній Європі та на Далекому Сході.

Заввишки багно звичайне досягає півтора метра. Молоді гілки в цієї рослини іржаво-повстисті (знизу), листки — іржаво-зелені, з бурою підкладкою, чергові, лінійно-ланцетні, з загнутими донизу краями. Квітки зібрані вгорі в зонтик, білі або рожеві, з сильним ароматичним запаморочливим запахом, який у тиху жарку погоду може спричинювати головний біль. Плоди — пониклі довгасті коробочки з пятьма стулками, які тріскаються від основи й викидають з себе довгасте насіння бурувато-золотистого кольору.

Збирають траву цієї рослини в травні — червні, висушують її в тіні й зберігають її добре заклеєною (щоб з неї не вийшла ефірна олія) у щільно закритій посудині або, якщо в ящику, то з провощеним папером.

З багатьох хімічних речовин, які містить у собі ця рослина (ериколін, арбутин і фітонциди, за Токіним), треба відзначити й виділити отруйну ледум-камфору й

в'яжучу ледум-дубильну кислоту. «Ледум» додано до цих загальних назв хімічних речовин, щоб зазначити, що вони містяться саме в цій рослині.

Лікувальне застосування цієї рослини досить широке й різноманітне, але при внутрішньому вживанні препаратів з неї треба бути обережним і не допускати вживання одноразової дози, більшої за 0,5 *г* в порошку або за одну столову ложку у відварі, тому що рослина **дуже отруйна,** траплялися випадки отруєння тварин, коли вони поїдали цю рослину.

Мал. 3. Багно звичайне.

Застосовували цю рослину в медичній практиці як відхаркувальний засіб при кашлі і особливо при коклюші та при бронхіальній астмі (при мокротинній ядусі), але найчастіше — при лікуванні мускульного та суглобового ревматизму як внутрішній засіб.

Зовнішньо ліки з неї застосовували при грипі та всяких запаленнях слизової оболонки носа (при гострому реніті) у вигляді 10%-ного розчину витяжки в лляній олії або просто у вигляді відвару в олії, хоч би і в соняшниковій (докладніше див. у кінці статті — «Способи застосування»).

У народній медицині, крім усіх вищезазначених випадків, відвар з цієї рослини вживається всередину при дизентерії, золотусі, малярії, від туберкульозу легень та в усіх інших випадках, які потребують енергійної боротьби з хворобою.

Як зовнішній засіб, мазь із цієї рослини застосовують

від ревматичної ломоти (для втирання), при шкірних хворобах, при корості та від гнид і вошей.

У деяких місцевостях України цю рослину вважають корисною також і за те, що вона замінює собою нафталін (від молі), який відстрашує комах і відганяє блощиць, за що її й називають у народі блощинником.

Корисна ця рослина й у ветеринарній практиці, особливо для лікування свиней при епідемічних захворюваннях, корів — від здуття живота і коней — від колік після обпою.

Про наркотичні властивості цієї рослини можна судити хоча б з того, що за старих часів у шинках її клали в пиво і горілку, щоб ті, хто п'є, дужче спивалися й одурманювалися.

Способи застосування. *Відвари: простий відвар* багна звичайного 10,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, 3—4 рази на день;

1-а суміш: багна 10,0 (дві чайні ложечки), кореня рожі лікарської 25,0 (п'ять чайних ложечок) змішати, заварити на літрі окропу й настоювати протягом 10—15 хвилин; вживати по одній столовій ложці через кожні дві години при слабкості кишечника та при дизентерії;

2-а суміш: багна — 10 частин,
підбілу — 20 частин,
кореня рожі лікарської — 20 частин;
дві чайні ложечки цієї суміші заварити в склянці окропу, настояти протягом 20 хвилин, процідити й пити по півсклянки, 3—4 рази на день (як відхаркувальний засіб).

Витяжка на олії: згущеної до половини витяжки багна звичайного або його екстракту взяти 1,0 на 9,0 лляної або соняшникової олії, проварити й попарити в духовці протягом кількох хвилин. Цю олійну витяжку можна вносити в ніздрі по одній—дві краплі, два рази на день при грипі, гострому нежиті та при інших запаленнях носа; можна також вживати її для втирання як болетамувальний засіб.

3-я суміш: трави багна звичайного 25 *г* і кропиви жалкої дрібної 15 *г* заварити на літрі окропу; вживати по півсклянки, 5—6 раз на день при простуді, ломоті, ревматизмі та бронхіальній астмі, при кашлі та задишці. Після двотижневого такого лікування хворі цілком виліковувалися від астми.

Мазь від ломоти в кістках, від корости та від вошей:

багна звичайного, листя . . . . . 150 *г*,
чемериці білої, коріння . . . . . 150 *г*,
свинячого жиру . . . . . 500 *г*;

все це змішати, поставити в духовку на ніч і процідити.

Порошок від молі та блощиць: товкти траву багна звичайного в ступці, поки вона не потовчеться на борошно, а потім просіяти на густе сито.

№ 6. Бадан товстолистий, монгольський чай, чагир (Bergenia crassifolia); з лікувальною метою використовують корінь, а іноді й листки цієї рослини.

Бадан товстолистий (мал. 4) — багаторічна трав'яниста рослина з родини ломикаменевих. Росте в Західному й Східному Сибіру та в Середній Азії на кам'янистих схилах і розсипах; багато його росте й на Алтаї.

Прикореневі листки у бадану цупкі, блискучі, восени яскравочервоні, утворюють собою велику розетку. Стебло в нього, або, правильніше, гола ніжка суцвіття, коротке, але в два рази довше від листків з їхніми корінцями. Цвіте бадан рано навесні, ще до того, як у нього розпускається листя. Квітки у рослини красиві, яскраво-червоного кольору, зібрані у формі напівзонтика. Особливо ж примітним у бадану є його кореневище: м'ясисте, завтовшки від пальця руки до тонкого жіночого зап'ястя; воно стелеться, ледве прикрите землею; сильно розгалужується, має багато кореневих мочок і закінчується могутнім коренем, що заглиблюється в землю.

Рослина цінна для техніки (для фотографії та як дубитель шкіри) і для медицини, в ній багато арбутину та дубильних речовин.

В середній частині нашої країни бадан вирощують уже давно — близько 200 років.

Бадан, як рослина, багата на арбутин, цю протигнильну, знезаражуючу й протизапальну речовину, цінується заради дубильних речовин, як в'яжучий, кровоспинний і як такий, що ущільнює тканини слизових оболонок (а отже і як болетамувальний), засіб. Заради цього бадан рекомендують при багатьох жіночих хворобах з запаленням, а особливо при маткових кровотечах з ерозією (саднами) на шийці матки, а також і при білях. Його корисно також застосовувати при запаленнях та виразках слизової оболонки і в інших органах (у носі, в роті і т. д.).

Способи застосування. *Для спринцювання й полоскання:* одну столову ложку екстракту бадану

беруть на літровий кухоль води для спринцювання вагіни з наступним вливанням самого екстракту в такій кількості, щоб обмивалася вся шийка матки. Затримати цю рідину на 10—15 хвилин. Так треба робити кожний день, поки стихне біль і припиниться кровотеча. Результат виявляється через два—три тижні, а іноді й раніше.

Мал. 4. Бадан товстолистий.

Рідкий екстракт з коріння бадану готують так: беруть 50 *г* або три повні столові ложки подрібненого коріння на склянку окропу й випаровують до половини. Це для вищеописаного спринцювання. Для внутрішнього вживання беруть екстракт, який у три рази слабший, тобто, 20,0, або одну повну столову ложку (з горою) на склянку окропу, по 20—30 крапель за один раз, три рази на день. Цей екстракт можна готувати і з прикореневих листків рослин, яким не менш як по три роки.

Відвар. Для змазування ясен, які кровоточать, вживають у народі простий відвар двох чайних ложечок коріння на півсклянки окропу (10,0—90,0).

№ 7. Бадьян, звіздоніж, зірчастий аніс (Illicium verum); з лікувальною метою використовують насіння й коріння.

Бадьян відноситься до родини магнолієвих — вічнозелених дерев, які ростуть у дикому стані і які також і вирощують у Китаї, Індокитаї і навіть у Радянському Союзі (в Сухумі). Плоди у бадьяну — складні листянки, у вигляді 6—8-променевої зірки.

Застосовується бадьян у побуті як прянощі, а в науковій медицині — для поліпшення смаку ліків, а також як складова частина грудних чаїв.

У народній медицині ліки з бадьяну вживають від шлункових вітрів (подібно до анісу та кропу), від болю й різі в животі, від гарячки та малярії і навіть при чумі та епілепсії (відвар насіння або олію з нього), а також від глистів — корінь, або, правильніше, шкірочку з кореня.

Способи застосування. *Відвари:* 1) від глистів: (10,0—200,0); дві чайні ложечки кореня бадьяну заварюють на склянку окропу і вживають натщесерце по одній столовій ложці, поки не вийдуть глисти (круглі);

2) в інших випадках: 20,0—200,0; 4 чайні ложечки заварюють на склянку окропу; вживати по 2—3 столові ложки, три рази на день.

Баранчики (Primula officinalis) — див. *Первоцвіт лікарський.*

№ 8. Барбарис звичайний, кислянка (Berberis vulgaris; з лікувальною метою з нього використовують кору й плоди) і барбарис сибірський (Berberis sibirica); з лікувальною метою використовують його коріння й плоди.

Барбарис звичаний і барбарис сибірський мало чим відрізняються один від одного, але останній вважається ефективнішим для лікувальної мети.

Барбарис звичайний зустрічається в Європейській частині Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні і на Північному Кавказі, а також у середній і південній частинах Європи; в Радянському Союзі його широко вирощують.

Барбарис сибірський росте, як видно й з його назви, в Сибіру.

Цю кущову рослину (заввишки до 2,5 *м*) всі добре знають по її червоних довгастих ягодах, проте наведемо тут її ботанічний опис.

Кора у барбарису ззовні світло-бура, зсередини (при зрізанні) — темно-жовта; пагони й молоді гілки жовтуваті, на другий рік стають сірими; вони усаджені трироздільними колючками й численними вкороченими гілочками, на яких містяться пучки листків з повислими квітковими китицями. Листки чергові, з короткими черешками, довгасто-обернено-яйцевидні, тупі, дрібнопилчасті, завдовжки 4—6 *см*. Чашолистків з жовтими, більш короткими пелюстками по 6—8. Плоди — довгасті, циліндричні, одно- або двонасінні червоні кислі ягоди.

Цвіте барбарис у травні — червні, плоди дозрівають у вересні — жовтні.

Хімічними дослідженнями останнього часу встановлено, що дійовою речовиною в барбарисі є алкалоїд берберин.

Як кровоспинний засіб, настойку з висушеної кори й коріння барбарису завжди застосовують у народній медицині та в гомеопатії.

В гомеопатії барбарис застосовують і при хворобах нирок, печінки та сечових шляхів.

В тібетській медицині надається перевага сибірському барбарисові (використовують кору й плоди).

У Забайкаллі барбарис вважають дуже корисним потогінним засобом, а також в'яжучим (зміцнює шлунок), причому в ньому відмічено до 15% аскорбінової кислоти, або вітаміну С.

Третій вид цієї рослини — барбарис амурський. Його застосовують у науковій медицині у вигляді настойки з листя для допомоги жінкам у післяродовому періоді, для скорочення й зворотного розвитку матки. Протягом останнього часу з цією самою метою застосовують і барбарис звичайний. Крім того, помічено, що він має жовчогінну властивість і може бути дуже корисним при жовтяниці. Як вітамінний засіб, його застосовують при цинзі, а як потогінний засіб — при малярії; він також підвищує апетит.

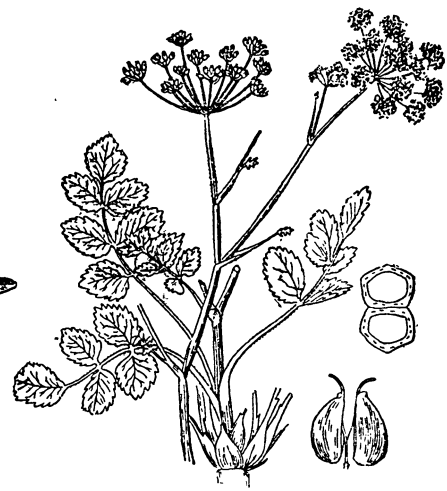
Способи застосування. *Відвар кори або коріння:* 30,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, кожної години, всередину (при сильних кровотечах).

Настойка кори або коріння: 25,0; по 30 крапель вживати три рази на день, а зовнішньо застосовувати при глухоті, по дві краплі, два рази на день (закапувати у вухо).

Настойка листя барбарису амурського або звичайного: 50,0 або 30,0; вживати по 30 крапель, три рази на день.

№ 9. Барвінок малий, хрещатий барвінок (Vinca minor); з лікувальною метою використовують його траву.

Мал. 5. Барвінок малий.



Мал. 6. Бедринець ломикаменевий.

Це багаторічна вічнозелена рослина з родини барвінкових (мал. 5). Зустрічається в дикорослому стані по всій території помірної смуги Радянського Союзу та в усій Європі; на Україні росте переважно в гаях Правобережжя.

Квітучі пагони у барвінку стоячі, до 15 *см* заввишки, неплідні ж пагони бувають простягнуті (по землі). Листки в нього голі, довгасті, темно-зелені, шкірясті, блискучі. Квітки з чашовидним п'ятироздільним синім віночком і чашечкою. Смак листків дуже гіркий і терпкий, Вважають, що ця рослина містить у собі гірку дубильну речовину.

За народним досвідом, барвінок застосовується як зміцнювальний, кровоочисний, в'яжучий, кровоспинний (злегка) та послабливий (також частково) засіб. Рослину вважають **отруйною** (серцева отрута), а тому потрібне суворе дозування ліків з неї.

Листки барвінку як в'яжучий і загойний засіб застосовують зовнішньо також і в науковій медицині (хоч і

рідко), а в народній медицині їх застосовують не тільки зовнішньо — від поганого запаху з рота, при цинзі та зубному болі, але й вживають всередину — щоб у кишках або в легенях не збирався слиз, при кровотечах та від простого проносу, або діареї.

Барвінок ще недостатньо вивчено, і тому його й застосовують ще мало.

Способи застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 20,0; вживати по 5 крапель, три рази на день.

Зовнішньо: відвар, а якщо настойка, то розведена у відношенні 1 : 10.

Батіжки (Galium verum)—див. *Підмаренник справжній.*

Бджолина трава (Melissa officinalis) — див. *Меліса лікарська.*

№ 10. Бедринець ломикаменевий (великий і малий), дрібчасте зіллячко (Pimpinella saxifraga); з лікувальною метою використовують коріння цієї рослини.

Бедринець (мал. 6) — багаторічна рослина з родини зонтичних. Поширений по всій території України, росте на луках і полях, між чагарниками, на узліссях та вздовж доріг.

Стебла у бедринцю ломикаменевого прямі, заввишки до 75 *см,* всередині порожні, ззовні голі або вкриті коротким пушком, з нитковидними борозенками, що розгалужуються лише вгорі. Листки непарнопірчасті, нижні — округло-яйцевидні, тупі, зубчасті; останній верхівковий листок — трилопатевий. Квітки білі, зібрані в зонтик. Кореневище багатоголове, гіллясте, бурого кольору, завтовшки з вказівний палець (півтора сантиметра).

Цвіте бедринець з червня по жовтень. Коріння його збирають, як звичайно, восени або рано навесні.

Уже сухий бедринець або його коріння легко можна взнати за його гострим, що подразнює нюх, запахом і гіркувато-гострим смаком.

Коріння бедринцю містить у собі ефірну олію та пімпінелін — особливу речовину, нерозчинну у воді, і саме тому коріння цієї рослини для лікувальної мети краще вживати у вигляді настойки.

Фармакологічні якості бедринцю, за народним досвідом: відхаркувальний, сечогінний і такий, що регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту, збуджує і дуже заспокоює нервову систему (при сильному болі, від кашлю та астми), засіб. Цей старовинний

народний лікувальний засіб дуже ефективний, його добре перевірено. У народі його застосовують ще при коклюші, як відхаркувальний, болетамувальний і заспокійливий засіб, а також як сечогінний засіб — при водянці та як ліки для нормалізації функціональної діяльності шлунка — при запорі й хронічному неперетравлюванні їжі.

Дуже ефективний цей засіб і при охриплості: 15 крапель його настойки з вживанням потогінного відвару (липового цвіту, наприклад) і з теплим обгортанням шиї рятує хворого від дальших ускладнень.

Зовнішньо ліки з коріння бедринцю застосовують для полоскання горла при запаленнях його, а також для лікування різних шкірних хвороб; свіжий сік з коріння виводить плями на обличчі.

Способи застосування. *Відвар:* 15,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка на горілці: дві частини кореня на п'ять частин горілки; вживати по 30 крапель, 4—5 раз на день (від водянки).

Настойка на вині: одна частина кореня на 6 частин вина; по 15—20 крапель 3—4 рази на день (від запору).

Суміш: бджолярі рекомендують до звичайного відвару кореня бедринцю (15,0—200,0) додавати по одній столовій ложці чистого меду і вживати ці ліки по 3—5 ложок на день. Твердять, що ці ліки дуже допомагають при хворобах легень як відхаркувальний, а також як зміцнювальний після тяжких хвороб засіб.

Від *каменів сечового міхура* в народі успішно вживають чай з коріння бедринцю, змішаний з чаєм з шипшини (порівно), з додаванням чистого меду — по одній чайній ложечці на склянку суміші чаїв. Вживають ліки цього складу по дві склянки на день.

Дітям при *дифтерії* можна давати *порошок з кореня бедринцю з медом* у вигляді пілюль (саморобних), які діти повинні запивати водою. Доза порошку: 0,5 *г,* або $^1/_{10}$ частина чайної ложечки, через кожні чотири години.

№ 11. Беладонна лікарська, красавка, сонник (Atropa belladonna); з лікувальною метою використовують головним чином листя цієї рослини.

Це багаторічна рослина з родини пасльонових (мал. 7). Росте вона в дикому стані на Кавказі та на Україні (в Криму, на Карпатах, у Західному Лісостепу та в Розточчі — Опіллі) — на узліссях,

лісових дорогах та по берегах річок. Вирощують її широко в Білорусії, на Північному Кавказі, в Криму, в Горьковській, Новосибірській та Московській областях і навіть на Далекому Сході.

На першому році свого зростання беладонна, маючи лише прикореневі листки, виділяється своїм малогіллястим стеблом, яке досягає заввишки майже половину зросту людини (60—90 *см*). Протягом другого року зростання рослини її стебла доходять до одного — півтора метра заввишки. Внизу вони прості, а вгорі — вилоподібно розгалужені, невиразно-граністі, покриті залозистими волосками, зелені. Листки чергові, яйцевидні, загострені; верхній бік листка зелений, голий; нижній — сіро-зелений, залозисто-пухнастий. Нижні листки завдовжки майже в дві чверті (25 *см*), а в ширину вони в два рази менші. Квітки буро-фіолетові, біля основи жовтувато- або зеленувато-бурі, дзвоникуваті, поникші, сидять по одній, рідше по дві в пазухах листків. Плоди у беладонни — чорні, блискучі, сокoвиті ягоди.

Мал. 7. Беладонна лікарська.

З рослини збирають головним чином листя. При роботі з цим листям не можна доторкатися пальцями до обличчя, особливо до очей і губ, тому що рослина **дуже отруйна.**

Як рослину, що багата на атропін та на інші алкалоїди, беладонну дуже широко застосовують у науковій медицині як протиспазматичний і болетамувальний засіб: при виразковій хворобі шлунка та дванадцятипалої кишки, при м'язовому, суглобовому і невралгічному болі, при гнійному бронхіті й для зменшення виснажливого потіння при туберкульозі легень, а також від судомистого кашлю, при епілепсії та при грижі.

Корисна беладонна також і при брадикардії (сповільненні серцевої діяльності).

Препарат з беладонни атропін широко застосовують для лікування очей, проте він протипоказаний при глаукомі (особлива хвороба очей з підвищенням внутрішньоочного тиску).

Атропін є протиотрутою при отруєнні морфієм та отруйними грибами (вживати по 20 крапель настойки за один раз).

Як протиспазматичний і болетамувальний засіб, ліки з беладонни допомагають при спазматичному холециститі (запаленні жовчного міхура) та при жовчнокам'яній хворобі, а також при бронхіальній астмі.

В народі до прибуття лікаря користуються беладонною у формі порошку та свіжого соку, такі ліки можна застосовувати в домашньому побуті, але їх треба суворо дозувати.

Способи застосування. *Порошок з листя:* по 0,01—0,02, тобто на маленькому кінчику складаного ножика, по 2—3 рази на день.

Свіжий сік: по 5—10 крапель, два рази на день.

№ 12. Береза пухнаста, або біла (Betula alba); інший вид цього дерева — береза бородавчаста (Betula verrucosa).

Для лікувальної мети використовують кору, листя, бруньки та сік цього дерева.

Береза пухнаста і береза бородавчаста мало чим відрізняються одна від одної в ботанічному, хімічному і фармакологічному відношенні та в терапевтичному застосуванні.

Пухнаста береза відрізняється від бородавчастої лише тим, що листки у неї мають знизу (в кутах жилок) волоски, і ще тим, що росте вона у вологіших місцях.

Береза дуже поширена майже по всій території Радянського Союзу.

На Україні також ростуть обидва ці види берези. Пухнаста береза росте переважно на Поліссі — по вологих лісах, чагарниках та болотах. Бородавчаста береза росте в лісових районах та в Лісостепу. Іноді вона утворює чисті насадження — березняки.

З берези добувають березовий сік (пасоку), березове вугілля та березовий дьоготь.

Листки цього дерева багаті на вітамін С, бруньки — на ефірну олію; є в березі й сапонін, бетуларетинова кислота, гірка екстрактивна речовина, а також дубильні та інші речовини, корисні для організму людини. Крім того, береза має й фітонцидні властивості, тобто вона виділяє захисні речовини, здатні вбивати шкідливі мікроорганізми.

Відповідно до наукової й народної лікувальної практики, в березі відмічають цілий ряд цінних властивостей. З неї добувають вітамінний антисептичний (знезаражуючий), сечогінний, кровоочисний і протизапальний засоби, а також ліки, що регулюють функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту, «місячні» та всю діяльність

жіночих статевих органів, а також обмін речовин в організмі.

Ліки з берези застосовують також і як глистогінний засіб.

Як добрий сечогінний засіб, препарати з берези визнано і в науковій медицині. В медичній літературі доведено, що березу (листя і бруньки з неї) корисно застосовувати при хворобах нирок та при водянці, яка виникла від цих хвороб.

У народній же медицині охоче й успішно застосовують не тільки листя й бруньки берези, але й кору та сік цього дерева, і не тільки внутрішньо, але й зовнішньо. В народі листя берези вживають, крім того, що при водянці та хворобах нирок, ще й при хворобах сечового міхура.

Як кровоочисний засіб, ліки з берези вживають при гострих шкірних хворобах, як протизапальний засіб — при гострому ревматизмі, запаленнях печінки та при родильній гарячці — і внутрішньо, і зовнішньо; як засіб, що регулює функціональну діяльність шлунка, ці ліки вживають при виразках його, при диспепсії та при інших розладах діяльності травного апарата і навіть при холері. Звичайно в таких випадках беруть 50 *г* бруньок берези, настоюють їх протягом 10 днів на одній пляшці горілки і дають пити по одній столовій ложці, три рази на день, за 15—20 хвилин до їди. Завдяки цьому у хворої людини з'являється чудовий апетит і загоюються виразки шлунка та дванадцятипалої кишки.

Як засіб, що регулює функціональну діяльність жіночих статевих органів, відвар з листя берези дуже корисний при мізерних менструаціях, а також у післяродовому періоді, через дванадцять днів. Вживають цей відвар всередину і застосовують зовнішньо (кладуть компрес на нижню частину живота або роблять сидячу ванну).

Завдяки тому, що ліки з берези регулюють обмін речовин в організмі, вони дають користь при всіх шкірних хворобах, при виснажливому потінні при туберкульозі, при подагрі, артритах і цинзі та в інших випадках, коли потрібне загальне оздоровлення всього організму.

Як протиспазматичний засіб, ліки з берези цінні при судомі, паралічі, коклюші та зубному болі (в останньому випадку прикладають настойку до зуба).

При всіх перелічених хворобах (крім зубного болю) ці ліки вживають внутрішньо і застосовують зовнішньо.

Настойка бруньок берези або відвар їх, а також відвар листя вживають як глистогінний засіб від дрібних і круглих глистів (гостриків та аскарид).

Дьоготь з берези в народі застосовують для знищення коростяних кліщів. Дьоготь, який продають в аптеках під назвою «чистий дьоготь», корисний, крім того, при хворобах горла й легень (при бронхіальному катарі), а також і при туберкульозі легень, при катарі сечового міхура та при інших подібних запаленнях. Його треба вживати всередину по 5—10 крапель, три рази на день; а зовнішньо його треба застосовувати при всяких шкірних хворобах і навіть при ранах (наприклад, від колючки — допомагає їй вийти), при свіжих та застарілих, часто злоякісних ранах (краще у вигляді так званої дьогтярної мазі: 1,5 *г* дьогтю на 15 *г* парафіну або вазеліну).

В народі березовий дьоготь застосовують і як дезинфікуючий засіб: капаючи ним на вуглини, що горять, створюють дезинфікуючі гази і таким способом очищують повітря.

Кору й сік берези застосовують рідше.

Якщо напохваті не виявиться ні бруньок, ні соку з берези (в зимовий період, якщо їх з весни не заготовлено), то замість них вживають з не меншим успіхом відвар з молодих свіжозрізаних і подрібнених гілок берези.

Примочки з відварів березового листя й бруньок або настойка з бруньок добре загоюють свіжі рани, навіть глибокі (особистий досвід автора).

Відваром з листя берези миють голову від передчасного випадання волосся.

Способи застосування. *Відвар листя:* 20,0—200,0. Заварити 4 чайні ложечки листя на склянку окропу, додати, коли окріп вихолоне, 0,2 *г*, або $^1/_{20}$ частину чайної ложечки соди, щоб розчинити нерозчинну бетуларетинову кислоту, що міститься в листках берези. Добре заварене листя настоювати протягом 6 годин, подібно до настоїв. Процідити й випити за два рази, з проміжком у 4 години.

Іноді відвар листя заварюють міцніший (90,0—400,0), тобто беруть 6 столових ложок листя на дві склянки окропу, щоб вживати по півсклянки, чотири рази на день.

Відвар бруньок: одна чайна ложечка бруньок на пів-

склянки окропу; вживати по дві столові ложки, три рази на день.

Настойка бруньок на спирті — 25,0: настоювати протягом 8 днів; вживати по 20 крапель, три рази на день.

Настойка бруньок на горілці: на пляшку горілки взяти півпляшки бруньок, настоювати їх протягом місяця; вживати по 40 крапель, 3—4 рази на день (при холері— по одній чарці, за годину до припинення блювання).

Свіжий сік: вживати по три склянки на день (для поліпшення обміну речовин і як протизапальний та сечогінний засіб).

Зовнішнє лікувальне застосування листя берези: звичайні ванни — повні й сидячі, «суха ванна» та зігрівальні компреси.

«Суха ванна» полягає в тому, що свіжого березового листя накладають у глибоку діжку (яка замінює собою ванну), накривають його, щоб воно зігрілося від своєї рослинної теплоти, і тоді хвора людина заривається в нього по шию або по пояс. Так ця людина повинна побути в діжці з березовим листям близько години (скільки витерпить).

З потовченого листя можна робити й зігрівальні компреси тривалістю в одну—півтори години. У зимову пору можна, але вже з меншим ефектом, робити такі самі компреси й з сушеного березового листя, обпареного окропом.

Ванни й компреси можуть бути й місцевими, при місцевому болі. Такі компреси називаються «зігрівальними панчохами», тому що для зручності на обкладені листям ноги й руки натягують панчохи, а потім убинтовують їх якомога тепліше. Це зовнішнє лікування дуже корисне при водянці, ревматизмі, подагрі та паралічі. Воно не замінює медикаментозного лікування, а лише доповнює його.

№ 13. Берізка польова, повійка (Convolvulus arvensis); з лікувальною метою використовують її траву.

Берізка (мал. 8) — це багаторічна трав'яниста рослина з родини берізкових, у якої сланке й витке стебло, завдовжки 30—80 *см.* Квітки дзвониковидні,. рожеві або рожево-білі, зібрані іноді по дві-три. Листки на довгих черешках, довгасто-яйцевидні, з серцевидно-стріловидною основою, цілокраї.

Багато цієї рослини на полях, на погано оброблених городах, на сухих луках і межах та на засмічених місцях — по всій території Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні.

Берізку вважають отруйною рослиною, вона придатна лише для зовнішнього застосування: для загоювання ран (радикальний засіб) як примочка з свіжого соку або з розведеної настойки (у відношенні 1 : 10).

Мал. 8. Берізка польова.

Берізку не збирають як лікарську рослину, бо сушена вона непридатна для лікувальної мети.

Спосіб застосування. *Настойка:* дві частини свіжої трави настоювати протягом 15 днів на 4 частинах спирту.

Білоголовник (Achillea millefolium) — див. *Деревій звичайний.*

Білокопитник (Tussilago farfara) — див. *Підбіл.*

№ 14. Блекота чорна, блекота, нимиця, куряча сліпота, люлюк (Hyoscyamus niger); з лікувальною метою використовують листя й насіння цієї рослини.

Блекота — дворічна трав'яниста рослина з родини пасльонових. Поширена майже по всій території Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, в Сибіру, на Кавказі, в Середній Азії, а також майже по всій території зарубіжної Європи, Північної Африки та в західній частині Азії. Росте на засмічених органічними рештками місцях, поблизу жител, біля доріг та по канавах.

На другий рік свого зростання блекота має прямостояче стебло, не більше як у півзросту людини, а часто й менше, з м'яковолохатими, залозистими, клейкими листками темно-зеленого кольору. Листки, як і вся рослина, мають неприємний запах. Квітки великі, майже неправильні, дзвониковидні, бруднувато-жовті, а біля основи — темно-фіолетові. Та найхарактернішою ознакою цієї рослини є її плоди — насіння, яке, як мак, зберігається в «глечиках» — довгастих, стоячих коробочках, які відкриваються при дозріванні напівкулястою кришечкою.

Рослина **дуже отруйна.** Насіння з неї збирають у кінці серпня та на початку вересня, а листя — під час цвітіння рослини і в суху погоду.

В науковій і в народній медицині блекоту вживають у малих дозах.

Народна медицина рекомендує цю рослину при дизентерії, віттовій хворобі (трясучці), при судомистому блюванні, при судомі взагалі і навіть при епілепсії (як заспокійливий засіб).

Зовнішньо застосовують листя й насіння блекоти для обкурювання при зубному болі, при різних видах невралгії і навіть при коклюші, а олію — при подагрі та забитті (як болетамувальний засіб).

Оригінальний спосіб обкурювання при зубному болі, відомий у народі: в металевий чайничок насипають вуглинок, що горять, на них насипають насіння блекоти, закривають кришкою, а носик чайничка, з якого йде дим з насіння, підносять до хворого зуба. Біль затихає.

Способи застосування. *Екстракт:* 0,25 *г* сухого листя блекоти беруть на 100 *мл* окропу й довго випаровують, поки маса загусне. Якщо нема ваги, можна концентрувати так: $^1/_{20}$ частина чайної ложечки на півсклянки води. Вживати всередину по дві краплі на столову ложку води за один раз, три рази на день.

Настойка: 15,0 *г* подрібненого листя блекоти на 100 *г* спирту або горілки; вживати по дві краплі на столову ложку води, три рази на день.

Порошок: по 0,03 *г,* або на малому кінчику складаного ножика, три рази на день.

Олія (саморобна): беруть 15 або 30 частин товченого насіння на 100 частин олії (соняшникової) й настоюють протягом 8—10 днів.

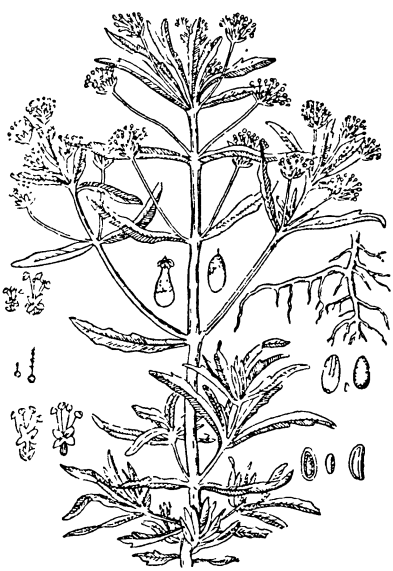
Усе це пропонується на випадок, якщо в аптеці нема готових препаратів з блекоти — олії, екстракту густого чи екстракту сухого (в порошку).

№ 15. Блошник, блошиний подорожник, блошниця (Plantago psyllium); з лікувальною метою використовують насіння цієї рослини.

Цю рослину, яку помилково називають блошницею, не треба сплутувати з рослиною, яка має українську ботанічну назву блошниця і латинську назву — Pulicaria dysenterica.

Блошник (мал. 9), або, правильніше, блошиний подорожник (блошина трава) — це невелика однорічна трав'яниста рослина з родини подорожникових. Росте блошник по піщаних неродючих місцях; у дикому стані зустрічається тільки в Закавказзі та в Азербайджані; вирощують його в середній смузі Радянського Союзу (головним чином у Воронезькій області РРФСР).

У цієї рослини гіллясте стебло, заввишки 15—30 *см*. Листки супротивні, лінійні, у верхній частині з багатим залозистим спушенням. Квітки, або суцвіття, дрібні, непоказні, в густих довгастих або в яйцевидних колосочках у пазухах листків. Плоди — коробочки з двома блискучими насінинами. Насіння човниковидної форми, овально-загострене, з загнутими всередину краями, без запаху, близько 3 *мм* завдовжки і в два рази менше в ширину. Зовнішній колір самої рослини червонувато-коричневий, а насіння, яке схоже за виглядом на бліх (звідки й народна назва рослини — блошниця) має чорний, блискучий вигляд.



Мал. 9. Блошник.

Насіння блошника збирають ранньої осені. Це насіння містить у собі у великій кількості слиз (до 30%), тому воно має сильну обволікаючу (і заспокійливу) дію при запаленнях слизової оболонки кишок (при проносах) і добре відоме не тільки в народній, але й у науковій медицині як добрий проносний засіб, корисний при атонії кишок і при запорі. Простота вживання насіння блошника (вживати по одній столовій ложці розтовченого насіння) сприяє тому, що ним часто користуються. Якщо це насіння вжити на ніч разом з їжею або окремо і запити теплим чаєм, це дасть позитивний наслідок, тобто у людини настане випорожнення м'яким оформленим калом через 8—12 годин.

Ліки з блошника особливо рекомендуються при запорі. Насіння блошника часто в силу необхідності (коли його немає) замінюють насінням великого подорожника

і ланцетолистого подорожника, тому що в насінні цих рослин також міститься багато слизистої речовини. Звичайне дозування насіння цих рослин — від 5 до 15 *г*, тобто від однієї до трьох чайних ложечок на один раз.

Зовнішньо ці ліки вживають як примочку при запаленні очей і як мазь при запаленні грудних сосків.

Способи застосування. *Як проносний засіб:* беруть одну столову ложку (20 *г*) потовченого, а то й цілого насіння блошника, вживають на ніч або вранці натщесерце, запиваючи водою чи заїдаючи рідкою їжею.

Як обволікаючий засіб: для цього готують мікстуру таким способом: кладуть у скляну посудину 10 *г* товченого насіння блошника (дві чайні ложечки), вливають туди дві чайні ложечки холодної води, збовтують, додають 90 *мл,* або 6 столових ложок, окропу, знову збовтують, поки вичахне, потім пропускають через марлю і застосовують як примочку при запаленнях слизових оболонок очей. Всередину вживають по одній столовій ложці, три рази на день.

Мазь: товчене насіння, трохи намочене теплою водою.

№ 16. Блювотний корінь, або іпекакуана (Cephaelis ipecacuanha); з лікувальною метою використовують корінь цієї рослини.

Блювотний корінь, або іпекакуана — дрібна тропічна кущова рослина з родини маренових. У дикому стані росте у вологих тропічних лісах Бразілії. Вирощують її (в невеликій кількості) в Індії, на півострові Малакка та на островах Цейлон і Ява.

У цієї рослини тонке гіллясте кореневище, яке має придаткові корені. Частина з цих коренів під час росту сильно і нерівномірно потовщується і набуває вигляду, ніби на них нанизано кільця. Саме тільки ці частини кореня мають лікарське значення.

У фармакологічному відношенні ця рослина цінна як блювотний, відхаркувальний, дезинфікуючий, протиотрутний і кровоспинний (частково) засіб. Блювотним засобом вона є, коли її вживають у великих дозах (1 *г*), а в менших дозах (0,1 *г*) вона діє як відхаркувальний засіб.

Завдяки тому, що в коренях цієї рослини є хімічна речовина еметин, вона є одним з найкращих засобів проти амебної дизентерії.

У вигляді порошку або настою корінь цієї рослини вживають при кашлі і навіть кровотечах. Як блювотний засіб він особливо необхідний при отруєнні миш'яком.

Як імпортний товар, корінь цієї рослини цілком може замінити собою мишатник, або термопсис — траву, що росте на території нашої країни. До речі, в наших аптеках є достатня кількість сухого екстракту, настойки й сиропу з цієї рослини.

Мал. 10. Бобівник трилистий.

Екстракт блювотного кореня часто вживають у вигляді настою.

Порошок з кореня входить до складу даверового порошку.

Способи застосування. *Настій (або розчин) сухого екстракту:* 0,4 або 0,5 на 180 *мл* води; вживати по одній столовій ложці (дітям — по одній чайній ложечці), 3—4 рази на день.

Порошок екстракту: по 0,1 *г*, 3—4 рази на день — від кашлю, а як блювотний засіб — від 0,5 до 1 *г*.

Настойка: від 5 до 15 крапель, три рази на день.

Сироп: по 2—4 *г* за один раз.

№ 17. Бобівник трилистий, вахта трилиста, бобрівник трилистий та інші назви (*Menyanthes trifoliata*); з лікувальною метою використовують листя цієї рослини.

Бобівник трилистий (мал. 10) — це багаторічна рослина з родини тирличевих. Дуже поширений у помірній зоні Північної півкулі, в тому числі майже на всій території помірної смуги Радянського Союзу й зокрема на Україні.

Стебло й кореневище в трилистого бобівника повзучі, зелені, губчасті; листки — прикореневі, чергові, голі, трійчасті, з довгими (до 10 *см*) черешками. Листочки довгасто-обернено-яйцевидні, тупуваті. Квіткове стебло, окреме від листків, до 30 *см* завдовжки, прямостояче, верхівкове (квітки зібрані в довгасту китицю), віночки квіток білувато-рожеві. Листки на смак гіркі, мають мигдальний запах.

Трилистий бобівник часто утворює суцільні зарості по берегах озер, ставків і торф'яних боліт. Цвіте ця рослина в травні — першій половині червня. Листя з неї збирають навесні та влітку (після цвітіння).

В науковій медицині листки з трилистого бобівника, що містять у собі гіркоту, використовують як шлунковий засіб, який підвищує апетит, спричинює виділення шлункового соку (при зниженій кислотності) і взагалі поліпшує травлення.

У народній медицині листя цієї рослини застосовують, крім того, при геморої (з кровотечами), при хворобах печінки й жовчного міхура як жовчогінний засіб (особливо при жовчнокам'яній хворобі) та як профілактичний засіб проти гарячки й малярії. А завдяки тому, що це листя містить у собі вітамін С, воно корисне й проти цинги. Крім того, його вважають і глистогінним засобом.

Як засіб, що підносить загальний тонус життя, трилистий бобівник цінний і при туберкульозі легень, але з тією умовою, якщо його довго й регулярно вживати (у вигляді відвару або порошку).

При порушенні обміну речовин в організмі до внутрішніх засобів боротьби рекомендується додавати (особливо після хвороб) очисні й оздоровлюючі клізми з відварів трилистого бобівника (з ромашкою пополам).

Клізми як додатковий лікувальний захід застосовують і при хронічних запорах для найповнішого очищення товстої кишки від калових мас, що залишаються в ній, та для зміцнення її тканин.

Способи застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Для клізм — розвести цей відвар у півтора раза.

Порошок: по 1—2 *г*, 3—4 рази на день, перед їдою.

Борівка (Vaccinium myrtillus) — див. *Чорниця.*

Бородавник (Chelidonium majus) — див. *Чистотіл звичайний.*

Борошень (Spiraea ulmaria) — див. *Таволга в'язолиста.*

Брат-і-сестра (Viola tricolor) — див. *Братки триколірні.*

№ 18. Братки триколірні, братики, братки трибарві, фіалка триколірна, брат-і-сестра (Viola tricolor); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Цю рослину (мал. 11) в ботаніці ще називають фіалкою триколірною, бо в неї дійсно триколірна квітка (пелюстки квітки вгорі темно-сині або фіолетові, внизу — жовті, а по боках іноді білі). По цьому

її легко відрізнити від запашної фіалки, пелюстки у якої всі фіолетові. А втім, головне, чим вона відрізняється від запашної фіалки, то це те, що в неї нема фіалкового запаху.

Братки триколірні часто ростуть поряд з фіалкою запашною по лісах, між кущами, напровесні, але не раніше, як усім відомий голубий підсніжник. Поширена ця рослина так найбільше в Курській області РРФСР та в північних районах України, в інших же місцях Європейської частини СРСР вона трапляється і на полях, на перелозі та на пагорбах.

Мал. 11. Братки триколірні звичайні (зліва) і польові (справа).

Це однорічна або дворічна рослина. Стебло у братків триколірних просте, гіллясте, тригранне, дудчасте, трохи облиственне, покрите разом з листками короткими волосками, часто лежаче, а до верхівки висхідне, пряме. Нижні листки серцевидно-яйцевидні, верхні— ланцетні або зарубчастороздільні. Чашечка зелена, п'ятилиста, неправильна, віночок квітки також п'ятипелюстковий, неправильний; плоди — коробочки, в яких багато насіння і які тріскаються по трьох стулках. Корінь у рослини тонкий, буруватий, гіллястий.

Цвітуть братки триколірні з квітня по жовтень. Збирають цю рослину не пізніше, як у червні, ще коли вона цвіте. Сушать рослину звичайним способом, але швидко.

Завдяки тому, що у триколірних братках містяться (за визначенням ВІЛАРу) алкалоїди віолін і сапонін (здебільшого в коренях), цю рослину використовують з лікувальною метою навіть і в науковій медицині, головним чином як відхаркувальний засіб, а також і як засіб, що очищує організм через пори тіла від шкідливих соків (при золотусі, шкірних хворобах, екземі, чиряках і висипах).

Ця рослина корисна також для росту й розвитку організму та для запобігання цинзі, бо в ній є провітамін каротин і вітамін С (29%).

Як сечогінний і потогінний засіб, триколірні братки часто застосовують у народі при ревматизмі чи артриті (запаленні суглобів), зокрема при рахіті, подагрі та золотусі з внутрішнім вживанням і зовнішнім застосуванням (у вигляді ванн з відвару рослини) та при всіх хворобах легень. Рекомендується, згідно з досвідом матерів, давати дітям при пітниці відвар з трави цієї рослини по одній—дві чайні ложечки за один раз (по три рази на день), а щоб спричинити блювання — в подвійній кількості.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 30,0; по 20—30 крапель, три рази на день.

Порошок (для дітей); іноді з цукром; давати по 0,2—0,5 *г,* 2—4 рази на день.

● **№ 19. Брусниця,** бруслинчик, брусничник (Vaccinium vitis-idaea); з лікувальною метою використовують переважно листя, а частково і ягоди цієї рослини.

Брусниця — багаторічна рослина з родини вересових, у вигляді вічнозеленого сланкого кущика. В Радянському Союзі ця рослина поширена в Тундрі, по всій лісовій зоні країни, по торфовищах, у чорноземній смузі, у хвойних лісах (у Воронезькій області), в Західному Сибіру та на Далекому Сході; на Україні — в лісових районах, на півночі Лісостепу та в Карпатах.

Гілки в брусниці округлі, з пушком, висхідні. Заввишки рослина буває до 30 *см.* Листки у неї чергові, шкірясті, товсті, на дуже коротких опушених черешках, зверху темно-, а знизу — світло-зелені, з чорнуватими крапковими ямочками, обернено-яйцевидні, або еліптичні, тупі, з загнутими, іноді зазубреними краями, з невиразними жилками, вічнозелені.

Цвіте брусниця в травні — червні. Квітки в неї невеликі, в тісних пониклих верхівкових китицях, на коротких квітконіжках, з білими або блідо-рожевими віночками у вигляді чотиризубчастих дзвоників.

Плоди у брусниці — червоні, кисло-солодкі ягоди, які дозрівають у кінці серпня, а іноді й на початку вересня. Заготовлюють ягоди брусниці у великих кількостях в Івановській області та в Західному Сибіру. Вони мають широке промислове застосування. Збирають ягоди зрілими, хоч вони можуть дозрівати й під час улежування.

Листя треба збирати під час цвітіння рослини (пізніше воно буріє й стає непридатним для лікувальної мети).

Ягоди — сирі, квашені й сушені та варення з них є добрим дієтичним засобом, який оздоровлює шлунок, особливо при недостачі в ньому кислотності. Застосовують плоди брусниці при різних проносах та при інших розладах травлення; вони корисні при ревматизмі, подагрі, а як сечогінний засіб — при хворобах нирок; у великих дозах не шкідливі.

Плоди брусниці містять у собі вільні кислоти, лимонну, яблучну і бензойну (знезаражуючий засіб), понад 8% цукру та вітаміни С і А.

Але з лікувальною метою більше застосовують листя брусниці. В ньому містяться глюкозиди, арбутин і флаванол, значна кількість дубильних речовин та винні кислоти, тому його й застосовують як сечогінний засіб при каменях нирок, жовчного міхура, а також при хворобах печінки і як в'яжучий засіб для шлунка (у вигляді чаю).

Листям брусниці лікують також від нічного нетримання сечі (у дітей), і, хоч воно й виявляє сечогінну дію, але в цьому випадку діє оздоровче.

Бруснична вода, яку одержують при квашенні ягід брусниці, має проносну властивість.

Плоди брусниці вживають (краще в свіжому вигляді) також як протицинготний та протигнильний засіб. Наявність у ягодах цієї рослини бензойної кислоти зумовлює можливість тривалого зберігання їх навіть свіжими, без варіння, сушіння чи консервування цукром.

Сік з ягід з водою є добрий прохолодний, освіжний і оздоровлюючий напій. До нього або до відвару листя дуже корисно для більшого ефекту додавати чистого бджолиного меду — одну чайну ложечку на склянку, тому що в меді міститься багато вітамінів та глюкози (виноградного цукру).

Способи застосування. *Відвар:* одну жменю листя брусниці заварюють на три склянки води й кип'ятять протягом 10 хвилин; усе це випивають за день, за три рази.

Суміш: одну жменю ягід і листя брусниці і дві столові ложки трави звіробою змішати й заварити на три склянки окропу; випити за три рази (особливо корисно пити цей складний відвар перед тим, як лягати спати).

Брусничник (Arctostaphylos uva-ursi) — див. *Мучниця звичайна.*

Будяк (Cnicus benedictus) — див. *Кнік бенеди́ктинський.*

Будяк, будяк волохатий, будяк-дід (Onopordon acanthium) — див. *Татарник колючий.*

Будяк жовтоцвітий (Senecio vulgaris) — див. *Жовтозілля звичайне.*

№ 20. Бузина трав'яниста, бузина дика, бузина смердюча, буз смердючий (Sambucus ebulus); з лікувальною метою використовують корінь цієї рослини.

За своїм ботанічним визначенням трав'яниста бузина схожа на чорну бузину, але відрізняється від неї гострим і неприємним запахом та пилинками в квітках, які у трав'янистої бузини червоні, а не жовті, як у чорної бузини.

На Україні трав'яниста бузина росте переважно на Правобережжі та в західних областях України — при дорогах, на вигонах, засмічених місцях, по ярах, часто утворює зарості, трапляється на берегах струмків, любить глинястий грунт. Щоб не трапилося помилки, наводимо докладний ботанічний опис трав'янистої бузини.

Це багаторічна трав'яниста рослина у вигляді куща, заввишки 60—150 *см,* з прямим гіллястим борознистим стеблом та білим стрижнем. Листки у неї непарнопірчасті, з 5—9 довгасто-ланцетними пилчастими загостреними листочками. Прилистки листковидні, ланцетні, також пилчасті. Суцвіття — плоска, щитовидна, прямостояча волоть з трьома головними гілочками. Квітки дрібні, з пелюстками, всередині білими, ззовні — рожевуватими та з червоними пилинками. Цвіте в червні — липні. Ягоди чорні, дозрівають у серпні — вересні.

Вся рослина (а не саме тільки листя, як у чорної бузини) має специфічний неприємний запах.

Усі частини цієї рослини **отруйні** і тому потрібне суворе дозування ліків.

Застосовують трав'янисту бузину тільки в народній медицині. Ліки з коріння цієї рослини (при внутрішньому вживанні їх) досить сильний сегочінний засіб, який рекомендується при запаленні нирок (при нефритах) і головним чином при водянці, спричиненій хворобою нирок, при водянці очеревини та серцевої сумки, в будь-якій стадії цього захворювання, а не лише тоді, коли воно ще тільки починається.

Корисний корінь трав'янистої бузини й при різних хворобах сечового міхура, а також і при діабеті, частіше в поєднанні з іншими травами, які мають подібну дію на організм.

Листя й цвіт цієї рослини рідко, а ягоди й зовсім не застосовують.

Способи застосування. *Відвар дрібно порізаного коріння:* дві чайні ложечки на склянку окропу; вживати по одній столовій ложці, три рази на день. Але краще вживати у формі такої настойки: 20 *г* подрібненого коріння на 100 *г* спирту або горілки; настоювати, як звичайно,— протягом 8 днів у теплому місці. Спиртову настойку вживати по 15 крапель, а горілчану—по 30 крапель, три рази на день.

№ 21. Бузина чорна (Sambucus nigra); з лікувальною метою використовують її кору, коріння, листя, плоди й квітки.

Чорна бузина являє собою кущову рослину або невисоке дерево, яке розростається вшир. Належить до родини жимолостевих. Зустрічається як підлісок у листяних лісах і між чагарниками (особливо над річкою); розводять її в садах і парках на Україні та в Білорусії, на кладовищах, поблизу жител. Це звичайна і досить поширена рослина також Західної Європи і Західної Азії.

Стрижень гілок у чорної бузини білий, дуже м'який; листки супротивні, їхня гілочка звичайно складається з п'яти листочків; листочки довгасто-яйцевидні, довгозагострені, нерівно пилчасті, мають неприємний запах; суцвіття велике, багатоквіткове, плоске, щитовидне, на довгих квітконосах, після цвітіння звисле; квітки сидячі, дрібні, білі або жовтувато-білі, пахучі, пилинки у них жовті. Плоди — чорно-фіолетові ягоди, з трьома-чотирма плоскими, довгастими, поперечнозморшкуватими кісточками; м'якуш ягід темно-червоний. Цвіте чорна бузина в травні — червні, плоди дозрівають у липні — серпні.

До Державної фармакопеї СРСР прийняті й застосовуються в науковій медицині і техніці тільки квітки чорної бузини, та й то дуже обмежено.

В народній же медицині ця рослина має широке й різноманітне застосування, до того ж використовуються всі її частини: коріння, листя, квітки і ягоди, а іноді й кора. В народі перш за все ціняться квітки чорної бузини — як потогінний, протизапальний, кровоочисний, сечогінний і певною мірою проносний засіб.

Як потогінний засіб, ліки з чорної бузини охоче вживають при бронхіті (з хрипом у грудях і сухим кашлем), при катарах (запаленні) різних внутрішніх органів, при гарячці, ревматизмі, при артритах (ревматичних і подагричних), при самій подагрі і навіть при піску в нирках.

Препарати з чорної бузини застосовують також як проносний засіб при запорі і як болетамувальний засіб

при сильному болі в животі. В останньому випадку краще робити відвар з молодого листя на меду або розводити мед у відварі листя (брати одну столову ложку меду на склянку відвару).

Зовнішньо препарати з чорної бузини застосовують для полоскання й примочок — при ангіні та всякому іншому запаленні слизових оболонок, при хворобах очей і вух, при ревматичному болі та при опухах від подагри, а також при гемороїдальних шишках. Щоб зменшити біль, багато хто прикладає й свіже листя чорної бузини до хворих місць.

Ягоди й коріння чорної бузини як сечогінний, очисний і зміцнювальний засіб, рекомендується вживати при водянці, дизентерії, при слабкості шлунка й засміченні його, при хворобах нирок і сечового міхура, при діабеті (сечовиснаженні), вони заспокоюють біль і різь у животі. Крім того, відвар із коріння з листям і квітками вживають всередину проти неправильного обміну речовин (при шкірних хворобах), а ягоди з листям і квітками — проти весняних хвороб, висипу й проносів з коліками, а якщо в цей час з'являються кров'яні опухи на голові у дітей, то той же самий відвар дають їм всередину, а зовнішньо бузину застосовують, як при бишисі (див. далі в цій же статті).

Кора чорної бузини (разом з корінням) корисна для внутрішнього вживання: проти хвороб нирок, водянки й діабету, але вважається ефективнішим при цьому корінь трав'янистої бузини (див. попередній номер).

Зовнішньо чорну бузину застосовують при бешихових запаленнях, для чого беруть дворічні пагони цієї рослини, видаляють (зіскоблюють) верхній сірий наліт кори, а очищену до деревини кору обпарюють окропом, а ще краще — гарячим конопляним молоком (див. у кінці статті), і кілька разів прикладають до уражених місць, поки потухне запалення.

Молоде листя чорної бузини, злегка відварене в молоці, застосовують для лікування запалених, обпечених і навіть запрілих місць.

З ягід чорної бузини для профілактичної мети добре варити повидло та киселі й вживати їх без усякого дозування, а ще краще, якщо до зварених, потертих і проціджених ягід додавати меду по одній столовій ложці на одну склянку.

Особливо рекомендується додавати меду до відвару квіток бузини при всіх випадках вживання цього відвару.

Способи застосування. *Цвіт чорної бузини* (при всіх випадках) у формі *відвару:* 20,0—200,0, або одну столову ложку на склянку окропу; вживати всередину: по $^1/_4$ склянки (краще з медом), 3—4 рази на день, за 15 хвилин до їди.

Листя й коріння відварюють так само (20,0—200,0); вживати по одній столовій ложці, три рази на день. При відварюванні листя на меду на одну склянку відвареного додають одну чайну або одну столову ложку меду.

Ягоди вживають у вигляді чаю, киселю, повидла або варення та сиропу. Сироп з ягід готують так: з парених ягід видавлюють сік, змішують його з готовим цукровим сиропом і кип'ятять (як готують цукровий сироп з лікарської рожі).

Коріння тільки саме відварюють рідко, а якщо з нього й готують відвар, то так само, як і з листя.

Кору (з молодих пагонів) для внутрішнього вживання відварюють так: беруть 6—8 *г* подрібненої кори (а порошку з кори — 4—5 *г*) на дві склянки окропу, парять у духовці протягом 5—6 годин (а порошок — протягом 2—3 годин) і вживають по півсклянки, 5—6 раз на день. Це особливо корисно при водянці, що тільки починається.

Сім'яне молоко, яке разом з корою чорної бузини застосовують зовнішньо, приготовляють так: добре розтерте конопляне сім'я заливають киплячою водою (на дві частини сім'я беруть одну частину води), видавлюють під пресом і, поки воно ще гаряче, обпарюють ним кору бузини (для протибешихових примочок).

№ 22. Бузок звичайний (Syringa vulgaris); з лікувальною метою використовують його цвіт, листя й бруньки.

Бузок звичайний — усім відома своїми волотями красивих, з приємним запахом, лілових квіток кущова рослина з родини оливових. Походить бузок звичайний з Балканського півострова, легко росте біля садиб, у садах і парках майже по всій території помірної і теплої смуг Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні.

У народі застосовують настій або настойку листя бузку звичайного як засіб від малярії, досить поширений і визнаний деякими лікарями. Крім того, в народній ме-

дицині, а також і в гомеопатії, від ревматизму всередину вживають настойку з квіток і бруньок цієї рослини, а від невралгії зовнішньо застосовують мазь із бруньок.

Способи застосування. *Настій листя:* 10,0—200,0, на 8 годин; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка листя (від малярії): 1/4 склянки подрібненого листя на одну склянку спирту або горілки; доза: спиртової настойки — по 20—30 крапель, а горілчаної — по 50 крапель, три рази на день.

Настойка квіток і бруньок (для боротьби з ревматизмом): готують і застосовують її так само, як і настойку листя.

Мазь із бруньок (від невралгії): взяти одну частину соку, згущеного відвару або порошку на 4 частини основи й старанно змішати.

Бузьків вогонь (Coronaria flos cuculi) — див. *Коронарія зозуляча.*

Буквиця (Primula officinalis) — див. *Первоцвіт лікарський.*

№ 23. Буквиця лікарська, або чорна (Betonica officinalis); з лікувальною метою використовують її траву.

Буквиця лікарська (мал. 12) — багаторічна трав'яниста рослина з родини губоцвітих. Поширена в помірній і теплій смугах Радянського Союзу, в тому числі й майже всюди на Україні. Росте по луках, заростях, в гаях, на пагорбах, у лісових посадках, при лісових дорогах та на кладовищах.

У цієї рослини пряме, чотиригранне, шерстисте стебло, заввишки від 20 до 90 *см.* Весною з кореня виростає пучок листя на довгих черешках і одне — троє довгих стебел. Листки довгасто-яйцевидні, зарубчасті, як і стебла — волохаті, верхні — майже сидячі. Квітки світло-пурпурові, зібрані кільцями в пазухах верхніх листків; кільця квіток поступово до верху стебла зближуються в густе колосовидне суцвіття. Цвіте буквиця лікарська з червня до вересня.

Рослина має досить сильний, своєрідний запах і солодкувато-гіркий, трохи приємний, терпкий смак. Збирають траву під час цвітіння рослини.

Буквиця лікарська містить у собі гіркоти й дубильні речовини. За своєю дією на організм це в'яжучий, відхаркувальний, легкий проносний і, частково, сечогінний засіб.

Використовують траву буквиці лікарської лише в народній медицині, перш за все при хворобах печінки та

при жовтяниці — як саму, так і в сумішах; при поганому шлунковому травленні — як регулювальний, а іноді й як легкий проносний засіб; як відхаркувальний засіб, який полегшує виділення мокротиння,— при кашлі й астмі. Допомагає трава цієї рослини навіть при крово-

Мал. 12. Буквиця лікарська.

течі з легень, але при умові, якщо траву відварити не на самій тільки воді (дві столові ложки на склянку води), а й додати дві столові ложки міцного портвейну. Вживають по дві винні чарки (або по дві столові ложки) кожний день (точніше сказати — в дозі по 60 *мл*).

Вживають ліки з трави буквиці лікарської всередину при простуді, обморожуванні голови, при затерплості членів тіла і навіть при паралічі, а також при подагрі як засіб, що зміцнює й оздоровлює весь організм.

Хоч буквиця лікарська й корисна в багатьох випадках, але помічено, що її дія на організм не дуже ефективна.

Способи застосування. *Відвар:* 5,0—200,0; заварюють одну чайну ложечку трави на склянку окропу; вживають по $^1/_3$ склянки, три рази на день.

Порошок: доза — від 1 до 3 *г* (по одній пучці), три рази на день.

№ 24. Буркун лікарський, або жовтий (Melilotus officinalis); з лікувальною метою використовують його цвіт і листя.

Мал. 13. Буркун лікарський.

Це дворічна трав'яниста рослина (мал. 13) з родини бобових, дуже поширена майже в усіх районах Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні; немає буркуну тільки у Східному Сибіру та на Далекому Сході. Росте жовтий буркун на луках, навіть на солонцюватих, на полях і в посівах, на прилісках, на перелозі та по окраїнах доріг.

Стебло в цієї рослини пряме, дуже гіллясте, внизу дерев'янисте, заввишки до метра і навіть вище, з дрібними трійчастими листочками на довгих черешках з шиловидними прилистками при них, по краю пилчасті. Квітки метеликові, дрібні, жовтого забарвлення, зібрані у видовжені китиці, з приємним кумариновим запахом (подібним до запаху свіжовисушеного сіна). Висушена трава має солонувато-гіркий смак, на відчуття слизуватий. Цвіте жовтий буркун з червня по жовтень.

В народі жовтий буркун вважають розм'якшувальним, відхаркувальним та вітрогінним засобом.

Лікарське застосування жовтого буркуну в науковій медицині тепер незначне, лише для виготовлення зеленого витяжного пластирю. До речі, маючи властивості, що полегшують відхаркування, а також вітрогінні та пом'якшувальні, ця рослина входить до складу пом'як-

шувальних сумішей разом з ромашкою, корінням та листям рожі лікарської, квітками рожі та насінням льону.

Народна медицина визнає, що, крім зазначених вище властивостей, завдяки яким жовтий буркун корисний при бронхіті, водянці, сухотах і шлункових болях (від вітрів), ця рослина виявляє ще й розсмоктувальну та розм'якшувальну (при зовнішньому застосуванні) властивості при всякого роду затвердіннях і опухах (наприклад, при затвердінні залоз, у тому числі молочних, при суглобових ревматичних опухах), при застуджених нарівах і чиряках, що недозріли, для втирання після простуди (мазь) і навіть при порізах (також мазь).

Деякі жінки запевняють, що жовтий буркун, змішаний порівно з квітками підбілу і відварений (одна столова ложка суміші на склянку окропу), якщо його вживати по 3—4 столові ложки, 5 раз на день, допомагає при хворобі яєчників. Строк лікування — 2—3 тижні, з умовою, що жінка утримуватиметься від статевого життя в період лікування.

Відвар з самого тільки жовтого буркуну давно вживають (всередину) для збільшення кількості молока у матерів, які годують дітей.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

Зовнішньо жовтий буркун застосовують у формі компресів або примочки з обпареного окропом листячка й квіток або у формі мазі.

Мазь: одна частина згущеного відвару на 4 частини коров'ячого масла або вазеліну.

№ 25. Буряк звичайний (Beta vulgaris); з лікувальною метою використовують його коренеплід.

Буряк — дворічна рослина, всім відомий городній овоч. Це найважливіша технічна культура, з якої виробляють буряковий цукор. Крім цукрових буряків, є ще столові й кормові сорти їх.

В осінній бутвині буряків міститься багато каротину, що має велике значення для виробництва концентрату провітаміну А, а в коренеплодах є вітамін С, тому буряк завжди є складовою частиною протицинготного бутерброду.

З лікувальною метою в науковій медицині буряки не використовують.

У народній медицині буряки використовують лише при недокрів'ї (в поєднанні з іншими рослинами входять до складу лікарських сумішей), а також як простий

засіб від хронічного нежитю, для чого потертий коренеплід вкладають у вигляді маленьких тампонів у ніздрі на кілька хвилин. При цьому буває різна індивідуальна реакція: у декого хронічний нежить швидко переходить у гострий з незначним болем та з великою течею слизу з ніздрів, але цього не треба боятися, треба тільки рідше застосовувати бурякові тампони або застосовувати буряки яким-небудь іншим способом.

Інший спосіб лікарського застосування буряків у народі: вживати всередину та застосовувати для промивання ніздрів навар коренеплодів, який уже деякий час постояв, аж забрезк зверху і почав бродити («грати»).

Спосіб застосування. *Суміш ліків, домашній екстракт або витяжка:* з коренеплодів буряків, чорної редьки й моркви видавлюють сік (з тертих жмаків) і порівну зливають у темну пляшку; потім наливають, скільки треба, соку в тісто і дають йому помліти в печі протягом трьох годин. Вживати при недокрів'ї, по одній столовій ложці, три рази на день, перед їдою.

№ 26. Валеріана лікарська, маун, одолян, козлик, котяча трава (Valeriana officinalis); з лікувальною метою використовують корінь і кореневище.

Це багаторічна трав'яниста рослина з родини валеріанових. Зустрічається на вологих луках, між чагарниками та по берегах річок майже по всій території Європейської частини Радянського Союзу і зокрема повсюди на Україні, а також на Кавказі та в Сибіру, крім Крайньої Півночі.

З кількох різновидностей цієї рослини валеріана російська, яка мало чим відрізняється від лікарської і яка поширена в Центральній Чорноземній смузі Радяньского Союзу, дає лікарську сировину високої якості.

Загальне ботанічне визначення валеріани таке: за перший рік свого зростання валеріана утворює розетку з прикореневих листків, а на другий рік — квітконосні стебла, заввишки іноді до 2 *м;* стебла прямі, всередині порожні (тобто дудчасті), борознисті, голі, внизу опушені; листки непарнопірчасті, з 5—11 парами листочків (сегментів). Нижні листки довгочерешкові, стеблові — короткочерешкові, верхівкові — сидячі. Суцвіття велике, щитковидне або волотисте, гіллясте. Квітки дрібні, білі, рожеві або блідо-фіолетові, медоносні. Плоди голі або пухнасті, з пушком і мають вигляд летючих сім'янок.

Після того, як рослина відцвітеться, наземні частини починають сохнути; з цього часу треба починати збирати підземні частини рослини, тобто кореневища разом з боковими коренями, що відходять від них. Сушити треба як звичайно, тобто, в тіні та на повітрі. Коріння валеріани треба берегти від котів, які дуже ласі до нього, вони охоче гризуть його й розтягують повсюди.

В коренях і кореневищах валеріани основною цілющою речовиною є ефірна олія, що діє заспокійливо на нервову систему при збудженні, безсонні, астмі, мігрені, при неврозах серцево-судинної системи та при спазмах шлунка й кишечника. Ці частини рослини входять до складу інших заспокійливих засобів, з них застосовують у науковій медицині порошки, настойки (прості й ефірні), екстракти й ефірну олію.

У народній медицині корінь валеріани охоче вживають у вигляді настоїв, відварів, настойок на горілці та порошків проти іпохондрії, істерії, головного (мігрень) і судомистого болю, від болю в серці (при пороку його), при падучій хворобі (епілепсії), при всяких тяжких переживаннях, від проносу, при нервовому потрясінні.

Дітям від переляку треба давати по 7—10 крапель настойки, 5 раз на день, а при падучій хворобі у них їх треба купати через день у відварі кореня валеріани (жменя кореня на літр води).

Крім того, як вітрогінний засіб валеріана сприяє травленню, регулюючи функціональну діяльність шлунка; вона корисна й від глистів. Корінь і кореневище валеріани у формі порошку, як заспокійливий та оздоровлюючий засіб, є доброю допомогою при тифі, скарлатині, запаленні легень та при всяких маткових недомаганнях.

У свіжому вигляді коріння валеріани не застосовують. У сухому вигляді його зберігають, як звичайно,— не більше як рік.

Способи застосування. *Настій на воді:* 6,0—10,0 на 200,0, тобто одну чайну ложечку або одну неповну столову ложку подрібненого кореня на склянку холодної води; настоювати протягом 6—8 годин. Вживати по одній столовій ложці, а дітям давати по одній чайній ложечці, три рази на день.

Відвар (від істерії): 6,0—180,0, або одна чайна ложечка на склянку окропу; вживати по одній столовій ложці, три рази на день. Цей відвар, поєднаний з відваром рути, підсолоджують медом (на смак) для більшої ефективності, п'ють по столовій ложці, через кожні дві години.

Настойка на горілці. Дрібно порізаним коренем засипають п'яту частину пляшки з горілкою, ставлять у тепле місце на тиждень. Зливають рідину й видавлюють ко-

рінь, дають устоятися і потім проціджують крізь полотно або марлю, складену вчетверо. Вживати від 15 до 30 крапель, по три рази на день.

Порошок: товчуть коріння в ступці, поки з нього не стане борошно, зберігають у щільно закритій посудині; вживають по 1—2 *г* за один раз.

Готові препарати в аптеках: настойка проста й ефірна, екстракт густий і чай заспокійливий (складний, до якого входить і валеріана).

Вахта трилиста (Menyanthes trifoliata) — див. *Бобівник трилистий.*

Ведмеже вухо (Verbascum trapsiforme) — див. *Дивина скипетровидна.*

Ведмеже вушко, Ведмежі ягоди (Arctostaphylos uva-ursi) — див. *Мучниця звичайна.*

№ 27. Верба козяча (Salix caprea) або верба гостролиста, шелюга (Salix acutifolia); з лікувальною метою використовують її кору.

Верба — рід дерев і кущів з родини вербових. Ці дерева чи кущові рослини середні за величиною, на Україні ростуть повсюди: на луках, по ярах, поблизу лісів.

Листки у верби яйцевидні, кора гладенька, зеленувата (у верби червоної кора червонувата).

Верба козяча — кущова рослина, вона мало чим відрізняється від верби кошикової і дуже схожа на неї або на вербу гостролисту, чи шелюгу, як її ще називають, або на вербу червону, особливо своїми пухнастими, яйцеподібними насінниками.

Препарати з вербової кори застосовують у науковій медицині як в'яжучий, жарознижувальний, а іноді й як глистогінний і кровоспинний засіб.

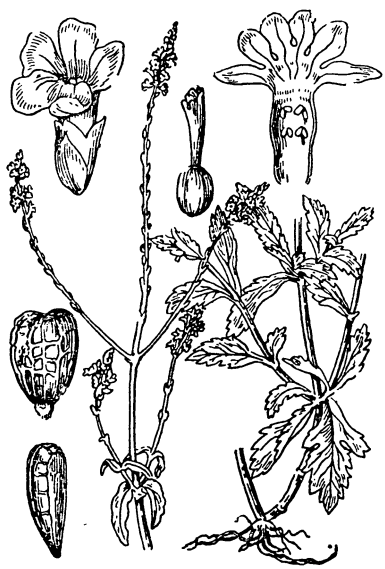
До того, як було введено в практику хінін, ліки з вербової кори вважалися основним протималярійним засобом, для чого цю кору й досі застосовують у народній медицині (здебільшого кору верби козячої).

Відвар і порошок вербової кори застосовують: як зовнішній засіб — для лікування ран і наривів та від випадання волосся, а як внутрішній засіб — вживають від диспепсії, коклюшу, всяких катарів (з гнійнослизовим виділенням), від гарячки або малярії та від хронічного ревматизму. Крім того, препарати з вербової кори застосовують для полоскання при запаленні слизових оболонок і навіть як стерилізаційний засіб, за допомогою якого очищують воду від бактерій.

Спосіб застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; по одній столовій ложці, 5—6 раз на день.

№ 28. Вербена лікарська, суха нехворощ, залізняк (Verbena officinalis); з лікувальною метою використовують листя цієї рослини.

Це багаторічна трав'яниста рослина (мал. 14) з родини вербенових. Поширена по всій території України, але в невеликій кількості. Росте при дорогах, на старих розвалищах цегляних будинків, на краях полів, на смітниках та на пагорбах.



Мал. 14. Вербена лікарська.

У цієї рослини прямостояче, догори гіллясте, чотиригранне стебло, заввишки до 1 *м*, з шорсткими краями. Середні листки у вербени трироздільні, з нерівно-зарубчастими надрізаними частками. Верхні листки такі самі зарубчасті, але довгасті; верхівкові — цілокраї. Квітки зібрані в багатоквіткові рідкі колоски, вгорі — у велику рідку волоть; блідо-лілові, рідше пурпурові. Листя на смак терпке. Вербена не має запаху; цвіте з червня до вересня.

У науковій медицині вербену не застосовують.

У народній медицині відвар з листя вербени вживають як внутрішній засіб при хворобах печінки й селезінки, для боротьби з неправильним обміном речовин (при масових шкірних хворобах), при гарячці, загальній слабкості та при головному болі.

Зовнішньо вербену застосовують для ванни (50 *г* на відро води) для дітей при хворобливій худині. Свіжий сік з її листя застосовують від корости.

Спосіб застосування. *Відвар:* 15,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, через годину (особливо при золотусі, артеріосклерозі та закупорці вен).

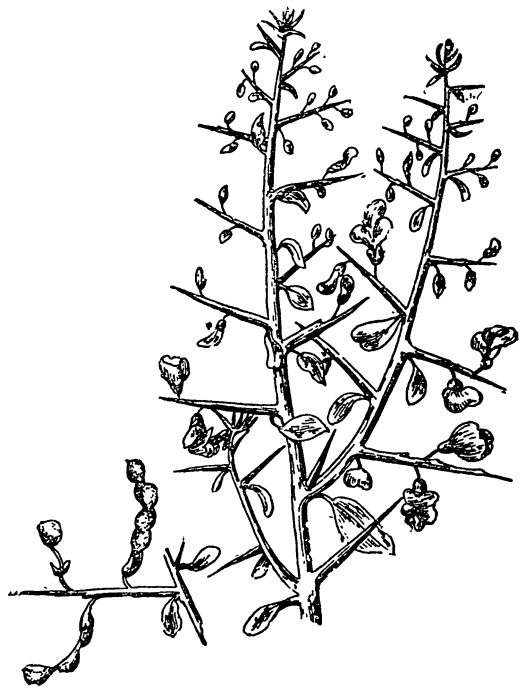
Вербець (Glycyrrhiza glabra) — див. *Солодка гола.*

№ 29. Верблюжа трава звичайна, або верблюжа колючка звичайна (Alhagi pseudalhagi, або A. camelorum);

з лікувальною метою використовують її траву й коріння.

Верблюжа трава, або верблюжа колючка (мал. 15) — це колючі напівкущові, рідше трав'янисті, багаторічні рослини з родини бобових. Поширена ця рослина в пустельних або напівпустельних районах.

Колючки цієї рослини, що являють собою недорозвинені гілки, несуть на собі дрібні квітки. Вся рослина має самі лише колючки



Мал. 15. Верблюжа трава.

на стеблах, вони йдуть вгору, листя ж — біля основи стебел і колючок. Листки прості, суцільні. Квітки червоні, на квітконіжках, чашечка дзвоникувата, зубчаста. Насіння нирковидне, майже квадратне.

Верблюжа трава звичайна, як найбільш відома з усіх п'яти видів цієї рослини, поширена на південному сході Європейської частини Радянського Союзу, по всій території Кавказу, Сибіру й Середньої Азії, а також і в Малій Азії.

Всі види верблюжої трави є добрими високопоживними кормовими рослинами, а крім того, вони містять у собі багато вітаміну С (молода трава), а також мають лікувальні властивості.

Для лікувальної мети верблюжу траву використовують у народній медицині як проносний засіб (відвар

коріння 20,0—200,0 у великих дозах, тобто по 4—5 столових ложок відвару або кашки, якщо траву заварено в порошку і не проціджено), як сечогінний засіб — при водянці (такий же самий відвар, але вживати його треба по одній столовій ложці, три рази на день) та при засміченні шлунка, нирок (пісок) і затримці сечі у дорослих (вживати у тих самих дозах).

Ця рослина корисна, але в науковій медицині її зовсім не використовують, хоч ВІЛАР, який протягом останнього часу вивчав її, визнав, що вона має лікувальні властивості, як проносний засіб.

Веретінце (Equisetium arvense) — див. *Хвощ польовий.*

Веснівка (Primula officinalis) — див. *Первоцвіт весняний.*

№ 30. Винні ягоди, або плоди чи, правильніше, супліддя смоковниці, або інжиру чи фігового дерева (Ficus carica).

У дикому стані дерево, яке дає винні ягоди, ці м'ясисті солодкі плоди чи, правильніше, супліддя, росте в багатьох жарких країнах, вирощують його і у нас, у Радянському Союзі, головним чином у Криму.

Ягоди ці мають пом'якшувальні властивості, і тому в народній медицині їх часто вживають у вигляді настою для полоскань і припарок: при простуді, від наривів, при запаленнях слизових оболонок, а особливо корисні вони для зовнішнього застосування — при раку (для затримання розвитку хвороби). Всередину ці ягоди вживають для дітей від коклюшу як смачний і поживний засіб. Для цього ягоди кип'ятять на молоці і дають дітям пити без дозування.

Краще користуватися свіжими ягодами, але корисні вони й сушені, тільки для припарок їх треба довго парити з вершковим маслом.

№ 31. Вільха сіра (Alnus incana) і вільха клейка, або чорна (Alnus glutinosa); з лікувальною метою використовують кору, шишки й листя цього дерева.

Вільха сіра і клейка (чорна) — дерева з родини березових, поширені на території Європейської частини Радянського Союзу і на Кавказі, а сіра вільха — також і в Сибіру.

На Україні сіра вільха росте переважно в Карпатах, рідше на

Поліссі та в Лісостепу, а чорна, або клейка — звичайно в лісових районах, рідко в Степу.

Сіра вільха має блискучо-сріблясто-сіру гладеньку кору; молоді гілки й бруньки у неї сироповстисті; листки гострі, яйцевидно-еліптичні, не клейкі, зверху голі й темно-зелені, знизу — з тоненькими волосками, сизо-зелені. Маточкові сережки у цього дерева сидячі.

У клейкої, або чорної, вільхи кора сірувато-бура, а листки темні (тому в народі й називають її чорною), тупі, кругласті, обернено-яйцевидні, в молодому віці дуже клейкі (звідки й її ботанічна назва). Маточкові сережки у цього виду вільхи на ніжках.

Обидва види цього дерева бувають заввишки від 5 до 25 *м*, причому, клейка, або чорна, вільха завжди буває вища за сіру. Ростуть обидва види вільхи по вологих місцях, на берегах річок і струмків, по болотах і ярах, а в лісах — поблизу джерел.

Кору з вільхи для лікувальної мети збирають навесні, а шишки — восени або взимку; листя застосовують свіжим. Кора й зрілі суплідця (шишки) обох видів вільхи багаті на дубильні речовини: танін і галову кислоту, є в них і деякі алкалоїди. Відвари й настойки кори й шишок обох видів вільхи виявляють в'яжучу, протизапальну, почасти кровоспинну дію, а препарати з свіжого листя є також і потогінним засобом.

Відвари й настойки шишок сірої вільхи допущено і в науковій медицині при гострих і хронічних запаленнях кишок (ентеритах і колітах).

У народі охочіше застосовують для лікувальної мети молоду кору й молоді шишки клейкої, або чорної, вільхи. Препарати з них вживають при гострих і хронічних проносах, спричинених запаленням кишок, і навіть при дизентерії та при всяких болях у животі.

При простудних же захворюваннях (при суглобовому ревматизмі з запаленням і при подагрі), коли треба спричинити потіння, успішно застосовують так звану суху ванну з свіжого молодого листя вільхи. Це особливо рекомендується для хворих зі слабким серцем.

Докладніше про способи приготування й використання препаратів з вільхи див. у кінці статті про березу (способи застосування).

Способи застосування. *Легкий відвар шишок:* 4,0—200,0, або одна чайна ложечка подрібнених шишок на склянку окропу; вживати по $^1/_4$ склянки, а при дизентерії — по одній повній склянці, 3—4 рази на день. Спочатку цей відвар треба пити гарячим.

Відвар кори: 15,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, 3—4 рази на день.

Настойка кори й шишок: 25,0; по 30—40 крапель, два—три рази на день.

Вовча трава (Polygonatum officinale) — див. *Купина лікарська.*

№ 32. Вовче лико звичайне, вовчі ягоди звичайні (Daphne mezereum); з лікувальною метою використовують кору цієї рослини.

Мал. 16. Вовче лико.

Вовче лико звичайне (мал. 16) — кущова рослина з родини тимелеєвих. Дико росте в лісах північної і середньої смуг Європейської частини Радянського Союзу і зокрема на Україні (в Карпатах

і прилеглих до них районах, на Поліссі та в Правобережному Лісостепу), на Кавказі та в Сибіру — до Байкалу, а також у Північній і Середній Європі та в Малій Азії.

Ця рослина досягає півтора метра заввишки. Листки в неї чергові, цілокраї, обернено-довгасто-яйцевидні, з короткими черешками, знизу сіро-зелені. Квітки в пучках, сидячі, з'являються до розпукування листя. Оцвітина проста, опадаюча, рожева, трубчасто-лійкоподібна, чотирилопатева. Плоди — овальні червоні ягоди, що містяться на середині стебла, нижче від групи листків верхньої частини стебла.

Кора в цієї рослини **дуже отруйна. Отруйні** також і ягоди, які часто бувають причиною отруєння. Цвіте рослина в березні — квітні.

У науковій медицині кору вовчого лика звичайного застосовують лише як подразник шкіри, та й то рідко.

У народній медицині кору цієї рослини застосовують замість гірчичника як відтяжний засіб (кору, розмочену в воді або в оцті), а також від сухого лишаю як наривний засіб, від ревматизму та невралгії; зовнішньо її застосовують у формі мазі. Вживають кору цієї рослини й від паралічу язика (треба деякий час потримати в роті настойку кори).

Всередину ліки з вовчого ліка (витяжку кори) обережно застосовують проти золотухи й водянки.

Способи застосування. *Витяжка:* відвар 20,0—200,0, випаровувати до половини; доза: по одній—дві краплі, три рази на день.

Настойка: 1 *г* кори на 64 *г* спирту; доза: по одній—дві краплі (точніше — по 0,2), три рази на день.

Мазь: п'ять частин настойки на десять частин вазеліну або коров'ячого масла.

Вовчець кучерявий (Cnicus benedictus) — див. *Кнік бенедиктинський.*

Вовчі ягідки (Arctostaphylos uva-ursi) — див. *Мучниця звичайна.*

Вовчі ягідки (Frangula alnus) — див. *Крушина ламка.*

Вовчки (Pediculus palustris) — див. *Шолудивник болотяний.*

Вогничок нивовий (Anagallis arvensis) — див. *Курячі очка польові.*

Водяний перець (Polygonum hydropiper) — див. *Гірчак перцевий.*

Воловий язик (Pulmonaria officinalis) — див. *Медунка лікарська.*

Воловий язик (Symphytum officinale) — див. *Живокіст лікарський.*

Волосник (Hieracium pilosella) — див. *Нечуй-вітер волохатий.*

Волошка городня (Cichorium intybus) — див. *Цикорій дикий.*

№ 33. Волошка синя, волошка польова, волошка (Centaurea cyanus); з лікувальною метою використовують її цвіт.

Волошка синя, або польова (мал. 17) — однорічна рослина з родини складно-цвітних, яка росте серед посівів жита й інших польових культур переважно в середній і північній смугах Європейської частини Радянського Союзу і зокрема всюди на Україні та в Західному Сибіру.

Вся рослина сіропухнаста, з прямостоячим гіллястим стеблом, заввишки 30—60 *см*. Листки в неї чергові, сидячі, лінійно-ланцетні. Кошики квіток на довгих квітконосах. Крайові квітки в кошику, лійкоподібні, сині або голубі, нерівномірно п'ятизубчасті, а серединні — трубчасті, фіолетові. Сім'янка з чубком із цупких волосинок.

Цвіте волошка в червні — липні. Квітки збирають зразу ж, як тільки розпукаються квіткові кошики, сушать квітки (без їхніх кошиків) у темному місці, яке добре провітрюється.

У науковій медицині волошки сині вживають тільки у вигляді легкого сечогінного засобу.

У народній медицині цю рослину вживають як жовчогінний, сечогінний і потогінний засіб: від водянки, жовтяниці, при запаленні нирок і сечового міхура та при простуді;

Мал. 17. Волошка синя.

якщо ж ці хвороби супроводжуються спазмами то відвар синіх волошок має й протиспазматичний вплив.

Відвари крайових квіток синіх волошок часто застосовують у вигляді примочок для очей при деяких хворобах цього органа як протизапальний, а іноді й припікальний і дезинфікуючий засіб. Цю рослину зовнішньо і внутрішньо застосовують у формі відвару з її квіток також і при особливій хворобі очей, яка називається курячою сліпотою. При цьому лікуванні треба дотримуватися дієти: часто вживати в їжу печінку при загальному посиленому харчуванні риб'ячим жиром.

Способи застосування. *Відвар*: одна чайна ложечка на склянку окропу; вживати по $^1/_4$ склянки, три рази на день: зовнішньо застосовувати як примочку.

Волошки рогаті (Consolida arvensis) — див. *Сокирки польові.*

Воронець (Hypericum perforatum) — див. *Звіробій звичайний.*

№ 34. В'яз гладенький. (Ulmus laevis); з лікувальною метою використовують його кору.

В'яз — усім відоме дерево, яке росте в наших лісах. Це дерево досягає заввишки до 30 *м.*

Ботанічні прикмети в'яза такі: гілки у нього м'якопухнасті; листки еліптичні (довгасті), зверху гладенькі, а знизу коротконухнасті; квітки кремові, з червонуватою оцвітиною, на довгих квітконіжках, повислі.

Відмітною особливістю в'яза як будівельного матеріалу є те, що його важко розколоти, він увесь перевитий, ніби в'язаний (через те й називається в'язом).

З лікувальною метою кору гладенького в'яза використовують лише в народній медицині: всередину — при водянці, хронічному ревматизмі та при гарячці (разом з корою козячої верби та з бруньками берези); ці ліки діють на організм, як очисний і протипростудний засіб при опіках, у вигляді примочки з відвару кори або як мазь із відвару.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0, або 4 чайні ложечки подрібненої кори на склянку окропу; вживати по одній столовій ложці, 3—4 рази на день.

Мазь: вищезазначений відвар, згущений до половини, змішати наполовину з коров'ячим маслом або вазеліном.

Суміш (від гарячки): по дві чайні ложечки кори в'яза, кори козячої верби та бруньок берези — все це змішати й заварити на склянку окропу; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Гадючник в'язолистий (Filipendula ulmaria) — див. у статті *Таволга в'язолиста.*

Ганус (Anisum vulgare) — див. *Аніс звичайний.*

№ 35. Гарбуз звичайний, гарбуз столовий, гарбуз (Cucurbita pepo); з лікувальною метою використовують насіння і м'якуш («м'ясо») плода.

Гарбуз — всім відома городня рослина з великими плодами, в яких багато насіння.

На відміну від інших різновидностей загальновживаний гарбуз, насіння якого вживають у науковій медицині, називається звичайним, або столовим.

Є й інший вид гарбуза, який визнала наукова медицина, а саме: гарбуз голонасінний, що росте здебільшого в Азербайджані.

Раніше вважали, що в гарбузовому насінні (в шкірочці під лушпайкою) міститься алкалоїд, який убиває протягом хвилини 90% гостриків або аскарид, але останнім часом (у 1956 р.) Фармакологічний комітет Ученої Ради Міністерства охорони здоров'я СРСР спростував цю думку і визнав це насіння ефективним тільки проти стьожкових глистів (солітера), а також бичачого, свинячого та карликового ціп'яків. У цих випадках ліками з гарбузового насіння можна цілком замінювати екстракт чоловічого щитника, якщо він протипоказаний.

Гарбуз має кілька лікувальних властивостей.

Його насіння є глистогінним засобом, а в народі, крім того, визнають цілющим і м'якуш («м'ясо») гарбуза.

М'якуш гарбуза, оскільки в ньому є багато цукру, каротину та вітамінів С, B_1, B_2, а також інших, корисних для організму, речовин, рекомендують вживати для поліпшення функціональної діяльності кишечника (при запорах), як добрий сечогінний засіб при захворюванні нирок, при різних видах водянки та в інших випадках, коли потрібне енергійне видалення вологи з організму.

Найчастіше м'якуш гарбуза вживають у вигляді каші на пшоні, рисі та манних крупах з молоком і цукром — на смак.

При хворобах нирок, крім того, іноді вживають м'якуш гарбуза не як їжу, а як ліки у вигляді свіжого соку з сирого м'якуша по півсклянки на добу, а зовніш-

ньо — при опіках, висипах та екземах. Результат завжди буває добрий.

У народі гарбузове насіння використовують не тільки як глистогінний засіб, але й як засіб, який допомагає при хворобах сечостатевих органів, особливо коли в сечі кров і коли спазми затримують сечовипускання. Для цього гарбузове насіння поєднують з конопляним сім'ям, труть і приготовляють так зване (у народі) «молоко». Взявши по склянці цього насіння й сім'я, труть його в череп'яній посудині, підливаючи поступово три склянки води. Краще, якщо потім процідити це «молоко» і видавити його з тертої маси. Одержану таким способом молокоподібну рідину підсолоджують медом або цукром і випивають за день.

Для боротьби з глистами, крім простого способу лікування гарбузовим насінням, у науковій медицині є й готовий препарат, який називається порошком з гарбуза. Це знежирена білкова речовина проти солітера й ціп'яків.

В гомеопатії є есенція з свіжого гарбузового насіння.

В тібетській медицині гарбуз також використовують з лікувальною метою.

Способи приготування й застосування. *Насіння з гарбуза* (з сіро-зеленою шкірочкою, але без лушпайок), висушене раніше на повітрі, труть невеликими порціями в ступці (або в череп'яній посудині) в кількості 300 штук, підливаючи потрохи води, так, щоб вийшла рідина, схожа на молоко. До цієї рідини додають для смаку меду або варення — від 50 до 100 *г*. Терте насіння зливають, а посудину обмивають п'ятдесятьма мілілітрами води, так, що загалом виходить близько 500 *мл* цих ліків,— і саме стільки й треба вжити їх дорослій людині натщесерце від глистів.

Дітям цих ліків треба давати по 15 *мл* на рік життя, тобто, якщо дитині, скажімо, 8 років, то їй треба 120 (15 × 8) *мл* цих ліків.

В науковій медицині ці ліки застосовують для виганяння глистів, а в народі їх вживають і при хворобах сечостатевих органів.

У дні лікування від глистів треба вживати таку дієту: в перший день (підготовка до лікування) хворий повинен їсти пром'яту або рідку їжу (супи, рідку кашу, овочеве пюре, кисле молоко і т. д.). Ввечері рекомендує-

ться вжити проносну сіль (25—30 *г* для дорослої людини). Наступного (другого) дня вранці ставлять очисну клізму і вживають вищезгадані приготовлені ліки натщесерце протягом 30—40 хвилин (ковтками). Через дві години після вживання цих ліків знову вживають проносний засіб (для дорослої людини 40—50 *г* глауберової або англійської солі). Через дві години після цього можна вживати будь-яку їжу. Глисти можуть вийти не зразу, а й у наступні один—два дні, коли також рекомендується ставити очисні клізми по одному разу на день.

Якщо є свіже гарбузове насіння (влітку, восени чи взимку), не висушене, не очищене, то можна приготувати протиглистяні ліки й таким способом: взяти 500 *г*, або на рахунок близько 500 насінин, подрібнити їх у м'ясорубці разом з лушпайками, залити подвійною кількістю води (п'ятьма склянками) і випаровувати протягом двох годин на легкому вогні, не доводячи до кипіння (просто або в так званій водяній бані). Відвар, згущений таким чином майже до половини, треба процідити через марлю і зібрати ложкою з його поверхні непотрібний шар олії.

Для дітей до одного року життя беруть по 30 *г* насіння.

Порошок з гарбуза пропонується хворим на глисти, як готовий препарат, який цілком замінює собою насіння; для дорослих — по 60—80 *г*, а дітям — по 30—40 *г*.

Порошок, перед тим як вжити його, треба розмішати з невеликою кількістю води, щоб він був такий загустий, як сметана, й спожити протягом 15—20 хвилин.

Дієта при цьому способі лікування така сама, як і зазначена вище.

Цей порошок або просто гарбузове насіння особливо необхідні тим з хворих, які страждають від глистів, кому протипоказане лікування препаратами з чоловічої папороті, або чоловічого щитника (при хворобах серця, нирок і печінки, при виразковій хворобі шлунка або дванадцятипалої кишки, при гострих шлунково-кишкових і гарячкових захворюваннях та при вагітності).

Насіння голонасінного гарбуза приготовляють для лікування так само, як приготовляють насіння звичайного гарбуза, тільки в зменшеній дозі: по 150—200 *г*. Дієта також та сама, що й при лікуванні насінням звичайного гарбуза.

№ 36. Гвоздики польові, гвоздики степові, гвоздики різноколірні (Diantus versicolor); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Гвоздики польові (мал. 18) — багаторічна трав'яниста рослина з родини гвоздичних. Дикорослі гвоздики польові зустрічаються на

Мал. 18. Гвоздики польові.

полях, на кам'янистих схилах і в соснових борах на сході Європейської частини Радянського Союзу, в Західному та Східному Сибіру, в Середній Азії та на Далекому Сході.

Дуже поширені гвоздики і в квітівництві, особливо гвоздики пишні й китайські, але обидва ці види гвоздик разом з дикими або різноколірними в народі мають загальну назву польових гвоздик і всі ці три види мають майже однакове лікарське застосування.

Ботанічне визначення гвоздик таке: від основи напівздерев'янілого кореня відходять вузлуваті стебла, які розгалужуються; листки супротивні, лінійні, гострі, сизувато-зелені, біля основи піхви зростаються з стеблом. Квітки верхівкові, повні й напівповні, найрізноманітнішого забарвлення. Плоди — одногніздні коробочки.

Рослина буває заввишки до 60 *см*.

Найбільше поширені білоквіткові та червонуватоквіткові форми цієї рослини.

У хімічному відношенні цю рослину ще недостатньо вивчено, і в практику наукової медицини вона не ввійшла, хоч її й схвалив ВІЛАР, як добрий і безпечний матковий засіб.

У народній медицині польові гвоздики давно вже застосовують як матковий засіб: при слабкості матки, при простих і післяродових кровотечах, а особливо при атонії матки, що, як перевірений засіб, не заперечує й наука.

Протягом останнього часу визнано, що хоч дія польових гвоздик у цих випадках і слабіша за дію ріжків у 3—4 рази, але зате гвоздики не отруйні, не такі небезпечні, вони не мають ніякої побічної дії, і завдяки цьому їх можна вживати, не дбаючи про суворе дозування.

Крім того, у народній медицині вживають від кишкових газів (від метеоризму) та засмічення кишечника олію з гвоздик — парфюмерну (фабричну) або приготовану простим способом, як настій на прованській олії.

Способи застосування. *Відвар трави:* 15,0—200,0, або одна столова ложка на склянку окропу; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Екстракт (25,0) домашнім способом роблять так: вищезазначений відвар згущують у печі до половини і вживають по одній чайній ложечці, три рази на день.

Олія (саморобна): на пляшку прованської олії беруть $^1/_{10}$ пляшки подрібненої трави польових гвоздик, настоюють протягом 8 днів і вживають по 5—10 крапель, три рази на день.

Гемороїдальна трава (Polygonum scabrum) — див. *Гірчак шорсткий.*

№ 37. Гірчак перцевий, водяний перець, собачий перець, почечуйник, гречечка, чередник та інші назви (Polygonum hydropiper); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Гірчак перцевий (мал. 19) — однорічна трав'яниста рослина з родини гречкових. Росте на вологих грузьких луках, поблизу річкових берегів, ставків і канав, часто суцільними масами; дуже поширений майже по всій території Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, а також скрізь у Європі, в Північній Африці та в Америці.

Стебло у перцевого гірчаку прямостояче, гіллясте, часто, особливо під осінь, червонувате, заввишки до 70 *см.* Листки блискучі, часто з залозистими крапками або з чорними, ніби дьогтьовими, плямами, за формою довгасто-ланцетні, до обох країв звужені, гострі або тупуваті, завдовжки 3—6 *см,* по краях хвилясті, піхви майже голі, по

краю з короткими війками. На смак свіжозірвані листки завжди гірко-пекучі, наче перець (тому рослина й називається перцевим гірчаком), після сушіння вони втрачають свою пекучість. Квітки дрібні, рожевуваті або зеленкувато-рожеві, зібрані на верхівці стебла й гілок у довгі звислі, переривчасті колосовидні суцвіття. Плоди — коричневі зернівки, матові, в тригранній формі, крапчасто-шорсткі, сильно опуклі з одного боку.

Цвіте перцевий гірчак з кінця червня по вересень. Його траву (квітучі гілки, на висоті 10—15 *см* від землі) збирають під час цвітіння рослини (у червні — липні).

Мал. 19. Гірчак перцевий.

Фармакологічні властивості перцевого гірчаку були відомі ще стародавнім лікарям (з часів Діоскоріда). Уже в ті часи ліки з цієї рослини застосовували як розм'якшувальний засіб у формі катаплазми (припарки) при зовнішніх шкірних хворобах (наривах, опухах, затвердіннях та при зобі) і як засіб, що очищує рани (від «дикого м'яса») й тамує біль.

До початку 20-го сторіччя перцевий гірчак був, хоч і досить популярним, але тільки народним лікувальним засобом. Його застосовували як зовнішній засіб у вищезазначених випадках, а також і для сидячих ванн від геморойної сверблячки в задньому проході, і внутрішньо — як сильний кровоспинний і знеболювальний засіб при маткових, надмірних місячних і гемороїдальних кровотечах, а також як заспокійливий засіб при різних нервових хворобах.

Завдяки своїй пекучості в свіжому стані листки перцевого гірчаку (подавлені) замінюють у народній медицині гірчичник, їх прикладають, наприклад, до потилиці при нежиті або головному болі як відтяжний засіб; з тією ж самою метою їх застосовують при зубному болі у формі полоскання, розвівши сік з них у відношенні 1:10.

У 1912—1913 роках провізор Петровський і професор Краковський та інші звернули увагу на сильну крово-

спинну властивість цієї трави. Так перцевий гірчак визнала й наукова медицина.

Тепер цю рослину введено до Державної фармакопеї СРСР і дозволено випускати препарат з неї — так званий рідкий екстракт перцевого гірчаку, а крім того, препарат з цієї рослини анестезол входить до складу протигеморойних свічок.

Мал. 20. Гірчак почечуйний.

Способи застосування. *Відвар:* 12,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 25,0; на спирті — по 10—20 крапель, на горілці — по 30—40 крапель, 3—4 рази на день.

Екстракт саморобний: відвар, згущений до половини; вживати по одній чайній ложечці три рази на день.

№ 38. Гірчак почечуйний (Polygonum persicaria); з лікувальною метою використовують його траву.

Це однорічна рослина (мал. 20) з родини гречкових. Зустрічається на вологих місцях, по берегах річок, іноді в гаях і як бур'ян майже по всій території Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, а також на Кавказі, в Західному та Східному Сибіру, в Середній Азії та на Далекому Сході.

Стебло у почечуйного гірчаку голе, листки не зубчасті, довгасті, з жилками, які йдуть у бік від основи, знизу великі, а вгорі дрібніші. Квітки в колосовидному суцвітті, крім завершальних, виходять по стеблу та з пазух листків.

Почечуйний гірчак легко сплутати з іншою рослиною з родини гречкових, а саме: з гірчаком шорстким, але в цьому нема ніякої небезпеки, тому що обидві ці рослини не шкідливі і мають майже однакове лікувальне застосування.

Хімічні властивості почечуйного гірчаку певною мірою вивчено, але застосовують цю рослину здавна поки

що лише в народній медицині, головним чином при гемороїі; особливо корисна вона від кровотеч при цьому. Корисні ліки з цієї рослини й при жіночих хворобах, вони регулюють функції жіночого організму; мають вони й сечогінні властивості.

Зовнішньо почечуйний гірчак застосовують іноді як гірчичник: свіжу потовчену траву прикладають, скажімо, до потилиці, і голова перестає боліти.

Спосіб застосування. *Відвар:* взяти одну частину трави на 20 частин окропу й настоювати протягом 20 хвилин; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

№ 39. Гірчак шорсткий, гемороїдальна трава (Polygonum scabrum); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Гірчак шорсткий — багаторічна рослина з родини гречкових. Росте на вологих луках, біля берегів річок, як бур'ян майже по всій території Радянського Союзу.

Стебло в цієї рослини досягає 30—60 *см* заввишки. Листки за формою бувають від еліптичних до лінійно-ланцетних. Квітки білі або рожевуваті, а іноді й зеленуваті. Трава ця дуже схожа на ниркову траву і має однакове з нею товсте колосовидне суцвіття.

Ще з часів Парацельса шорсткий гірчак відомий в офіцинальній медицині як сечогінний засіб, а в народній медицині його застосовують проти геморою (звідки й друга народна назва цієї рослини — гемороїдальна трава).

Фармакологічними випробуваннями встановлено, що шорсткий гірчак надає крові здатності зсідатися, у ньому багато дубильних речовин і що він є також і сечогінним засобом. У народі ці рослини, крім того, вживають і як засіб від золотухи та для регулювання жіночих місячних.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

Екстракт: 20,0; по 30—40 крапель, три рази на день.

№ 40. Гірчиця сарептська (Brassica juncea); з лікувальною метою використовують її насіння.

Гірчичне насіння, яке добувають з сарептської гірчиці й продають у вигляді порошку, з якого готують столову гірчицю, всім відоме, і тому нема потреби наводити точне ботанічне визначення самої рослини.

Для лікувальної мети в науковій медицині насіння цієї гірчиці застосовують лише у вигляді гірчичників.

З практики приватних лікарів відомо, що застосування гірчичників дає велику користь не тільки в звичайних випадках, при внутрішніх запаленнях як відтяжний засіб, але й при гіпертонії та підвищеному тиску крові, коли гірчичники застосовують у вигляді так званих комірців, які накладають хворому на плечі горизонтально і разом з тим на хребет перпендикулярно.

З насіння гірчиці виробляють гірчичну ефірну олію, яка, коли її розчинити в спирті (у відношенні 1 : 49) дає так званий гірчичний спирт, який вживають у певних випадках для розтирань.

У народній медицині насіння гірчиці у вигляді порошку або гірчичного борошна має значно ширше застосування. Борошно з насіння й саме насіння є добрим збуджуючим засобом для шлунка (гірчиця столова в їжу) та для товстих кишок при слабкій функціональній діяльності їх (ковтати насіння) і навіть при запорі (також ковтати насіння), при нервовій лихоманці (вживати гірчицю з вином і сіллю) та при малярії (те саме).

Як подразник шкіри, гірчиця корисна при хронічному нежиті (застосовують гірчичне борошно в панчохи), коли хворого дуже морозить, настойкою її з перцем або народним так званим гірчичним спиртом натирають охололі частини тіла.

Корисна гірчиця й при паралічі язика (брати столову гірчицю або борошно з насіння гірчиці потроху в рот і жувати).

Вживають гірчичне борошно і всередину (як при запорі) від сухот на початку цієї хвороби.

При отруєнні опіумом гірчицю вживають всередину, щоб спричинити блювання й пронос (по одній пучці, або по 1,5 *г* гірчичного борошна вживати з перервами, поки не почнете блювати).

Гірчичне борошно наполовину з медом і замішане на відварі квіток білої лілії дає корисну мазь від ластовиння.

Способи застосування. *Насіння гірчиці для вживання всередину:* ковтати по 10 насінин натщесерце за півгодини до їди; щодня збільшуючи цю порцію, довести її до 20 насінин. Якщо нема насіння, можна вжи-

вати й гірчичне борошно, починаючи з 1/4 чайної ложечки, довести порцію до повної чайної ложечки, запиваючи водою. Якщо пече, запивати теплою оливовою олією або молоком.

Суміш ліків від малярії й нервової лихоманки: на одну чарку вина взяти 1/4 чайної ложечки гірчиці й пучку солі і вжити це за один раз; по три рази на день.

Настойка: чайна ложечка гірчичного борошна на 10 чайних ложечок горілки; настоювати протягом 8 днів; вживати по 20—30 крапель, перед їдою.

№ 41. Глід колючий, або звичайний, глід-колюх (Crataegus oxiacantha); з лікувальною метою використовують його квітки, а іноді й листя.

Глід — це кущова рослина або невелике дерево з родини розових. Найпоширенішим і найбільш уживаним з 39 різних видів є глід колючий, або звичайний. Ця рослина в дикому стані росте по лісах у Середній Європі та в Південній Скандінавії. В Радянському Союзі його часто розводять у паркових насадженнях як живопліт.

Рівнозначну дію на організм виявляють і інші найбільше вживані і також вирощувані види глоду: кривавo-червоний та український глід. Обидва ці види глоду мають майже однаковий зовнішній вигляд: і той і другий являють собою високі кущі або деревця з темно-зеленими лопатевими або великозубчастими листками, з кривавочервоними, рідше оранжево-жовтими плодами (ягодами).

Обидва види глоду ростуть по розріджених лісах, по узліссях, іноді по берегах річок: перший — на сході Європейської частини Радянського Союзу, в Сибіру та в Середній Азії, другий — у південно-західній частині Радянського Союзу, на Україні (саме тому й називається українським глодом).

Збирають плоди глоду восени, коли вони вже зовсім дозріють.

У хімічному відношенні найкраще вивчено колючий, або звичайний, глід.

Плоди його відомі своїми поживними білками, винною, лимонною, а головне — кратегусовою кислотами, які позитивно впливають на серце. Вони містять у собі й вітаміни С і А.

Квітки містять у собі 15% ефірної олії.

В медицині, як народній, так і науковій, застосовують головним чином плоди глоду як специфічний серцевий засіб при серцебитті. Помічено, що цей лікарський засіб знімає болісне відчуття й почуття тяжкості в серці; крім того, він знижує тиск крові та збудливість нервової системи.

Вживають плоди глоду й з профілактичною метою. У випадках же декомпенсації серця, при неврозах, а також при грудній жабі вони є допоміжним засобом до наперстянки або ж замінюють її. Корисно вживати їх

і від безсоння, якщо воно спричинене серцевим недомаганням. Плоди глоду корисні, як заспокійливий засіб, також і в інших випадках.

На Україні для лікувальної мети люди застосовують більше квітки і навіть листя глоду проти тих же самих серцевих недомагань, а настойку з них — проти гіпертонії, особливо при слабкості серця, пов'язаній з простудою. Настойку з квіток рекомендують робити краще з свіжого соку. Можна готувати й відвар.

У науковій медицині плоди глоду вживають при всіх хворобах серця більше у вигляді рідкого екстракту, який усуває тахікардію (часте биття серця) та аритмію (неправильне биття пульсу).

У народній медицині плоди глоду вживають більше як чай, а іноді й як порошок і навіть у вигляді киселю.

Способи застосування. *Відвар плодів:* 20 *г* на склянку окропу; пити можна без дозування, як чай.

Відвар квіток: три столові ложки на 3 склянки окропу; пити по одній склянці, три рази на день, до їди.

Екстракт (витяжка) плодів глоду: 25,0—100,0, а подомашньому — згущений до половини відвар 25 *г* плодів на 100 *мл* окропу; вживати по 20—40 крапель, три рази на день, до їди.

Настойка плодів глоду: 25,0—100,0. Спиртову настойку вживати по 30—40 крапель, а горілчану — по 50—60 крапель, три рази на день, до їди.

Настойка квіток: беруть одну частину свіжого соку квіток на дві частини 90° спирту і настоюють протягом 15 днів; вживати по 40 крапель.

Суміш: плодів глоду — 4 частини, собачої кропиви — 4 частини, сухоцвіту — 4 частини і ромашки — одна частина. Взяти одну столову ложку цієї суміші на склянку окропу. Вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

№ 42. Глуха кропива біла (Lamium album); з лікувальною метою використовують її траву й квітки.

Глуха кропива (мал. 21) — багаторічна рослина з родини губоцвітих. Росте масами на засмічених тінистих місцях, поблизу огорож і жител, на високих берегах річок, подекуди в лісі між чагарниками. Поширена в середній і північній смугах Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, на Кавказі, в Західному та Східному Сибіру, в Західній Азії, а також на Далекому Сході.

Ця рослина має довгі підземні пагони. Стебла у неї прямостоячі й висхідні, заввишки до 50 *см*, за формою — чотиригранні. Листки схожі на листки дводомної (жалкої) кропиви, але на відміну від них не жалкі (тому цю кропиву й називають глухою), за формою вони серцевидно-яйцевидні, загострені, гостропилчасті, з довгими черешками. Чашечка п'ятизубчаста, з зубцями, довшими за трубочки квітки. Віночок двогубий, білий (тому цю кропиву ще називають білою), трубка його всередині з косим волохатим кільцем. Плід розпадається на чотири горішки. Цвіте рослина з травня місяця до осені.

Мал. 21. Глуха кропива біла.

Для лікувальної мети з цієї рослини застосовують в основному квітки. Їх уже достатньо вивчили. Вони містять у собі багато в'яжучих дубильних речовин, сапоніни, а також глюкозид і слиз, а листки — каротин (15%), але в науковій медицині їх не застосовують.

У народній медицині квітки глухої кропиви застосовують і визнають (а особливо у німців) як сильний кровоспинний засіб (при маткових хворобах), для внутрішнього вживання, що дає особливий ефект, коли вживають свіжий сік з них (а іноді й з самої трави), але прокип'ячений (краще, якщо в водяній бані). Останнє підтверджується й особистим досвідом автора. Корисна ця трава й для жінок при білях, коли її застосовують і внутрішньо й зовнішньо (для гарячого спринцювання) як відвар.

Дуже допомагає глуха кропива, а особливо її квітки, при хворобах дихальних шляхів (завдяки сапонінам і слизові), а трава її — при диспепсії шлунка, для апетиту.

Рослина часто входить до складу кровоочисних сумішей, а саму її застосовують у народі, крім того, для лікування золотухи, фурункульозу, прищів та висипу,

завдяки тому, що ліки з неї поліпшують обмін речовин; для цього її вживають, як чай, без особливого дозування.

В поєднанні з братками триколірними (триколірною фіалкою) та з листям суниць порівну глуха кропива біла у вигляді відвару корисна також при недокрів'ї та хворобах печінки й селезінки.

Мал. 22. Горицвіт весняний.

В гомеопатії є готові препарати з глухої кропиви білої — есенції з свіжого листя та з квіток цієї рослини.

Способи застосування. *Відвар трави або квіток:* 20,0—200,0; пити по одній склянці, три рази на день.

Свіжий сік: перед вживанням його рекомендується прокип'ятити на водяній бані, але не на вогні. Коли він вихолоне, вживати його по одній чарці (по дві столові ложки), три рази на день.

Головак (Trifolium pratense) — див. *Конюшина червона.*

Гонець (Sedum acre) — див. *Очиток їдкий.*

№ 43. Горицвіт весняний, заячий мак, польовий кріп, стародубка, чорногірка (Adonis vernalis); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Горицвіт весняний (мал. 22) — багаторічна рослина з родини жовтецевих. Поширений у чорноземній смузі Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі майже всюди на Україні, в Передкавказзі, в Західному та Східному Сибіру, а також у Середній і Південній Європі. Росте на окраїнах лісів або гаїв, на пагорбах і схилах гір та в степу. Це одна з перших весняних рослин, що цвіте від кінця квітня до початку червня.

Рослина досягає заввишки до 35 *см*, має круглі, майже голі стебла. Листки у неї стеблові, прикореневі і нижні у вигляді плівчастих лусок, які поступово переходять у сидячі листки, багаторазово розсічені, з вузькими частками. Квітки на верхівках стебла та гілок, одиночні, великі (до 6 *см* завширшки), яскраво-жовті; чашечка п'ятилиста, опушена. Плоди збірні з сухих численних сім'янок з гачкоподібним носиком. Кореневище вертикальне, коротке, в діаметрі 3,5 *см*, темно-бурого кольору. Вся рослина **отруйна.**

В народі горицвіт весняний давно відомий як добрий лікарський засіб при простуді, при сильних внутрішніх запаленнях (наприклад, при запаленні легень), при водянці та в інших подібних випадках, коли потрібне піднесення енергії організму й заспокоєння серця.

Горицвіт, завдяки тому, що в ньому є серцевий глюкозид, виявляє заспокійливу дію (позитивно впливає на серце), зміцнює нервову систему, підносить тонус життя й посилює діурез (сечовиділення) і цим самим запобігає набрякам (під очима) та регулює діяльність серця.

У народі горицвіт весняний застосовують у формі відвару при дитячому родимчику, при судомі, кашлі, коліках, як заспокійливий засіб при болі в кістках та в голові, при гарячці, запаленні і навіть туберкульозі легень та при інших хворобах, коли потрібне загальне зміцнення організму.

З 1880 р. Бубнов почав використовувати горицвіт весняний у науковій медицині.

Цю рослину включено до Державної фармакопеї СРСР.

Особливо цінною стала ця рослина протягом останнього часу, коли з неї почали виготовляти на хіміко-фармацевтичних заводах препарати від серцевих хвороб, наприклад найпопулярніший адонізид, який дуже корисний при хронічній недостатності серця, при неврозах його, приводить до норми серцеві скорочення, збільшує сечогінну діяльність в організмі, усуває набряки, задишку та поліпшує загальний стан. Тому й не дивно, що заготівля горицвіту як сировини для ліків ще в 1927 р. доходила в нашій країні до 6 тисяч пудів, тобто до 96 тонн.

Заготовляють траву горицвіту весняного тільки на один рік. Сушити й зберігати його треба відповідно до звичайних правил.

Народні способи застосування. *Відвар трави:* 1) для дорослих: 4,0—10,0 на 200,0, або одну чи дві чайні ложечки подрібненої сухої трави на склянку

окропу; вживати по одній столовій ложці, три рази на день;

2) для дітей: дворічних — по 5—6 крапель, для шестирічних — по 15 крапель, для дванадцятирічних — по дві чайні ложечки, 5—6 раз на день.

№ 44. Горіх волоський, горішина (Juglans regia); з лікувальною метою використовують листя й незрілі плоди цього дерева.

Волоський горіх — велике дерево з родини горіхових. У дикому стані росте в лісах Криму, Закавказзя й Середньої Азії. Вирощують його заради їстівних плодів та як декоративну рослину в багатьох місцях південної частини Радянського Союзу, в тому числі й на півдні України.

Кора у волоського горіха чорно-сіра або бура; листки чергові, непарнопірчасті; квітки дрібні, зеленуваті, одностатеві; плоди у вигляді кулястої костянки з м'ясистим оплоднем.

Хімічний склад різних частин волоського горіха: дубильні речовини, ефірна олія, гіркота, кислота, подібна до хризофанової (проносний засіб), інулін (полісахарид), юглон або югландин (алкалоїд), вітаміни С, B_1, Р, каротин, провітамін А та фітонциди.

Завдяки такому багатству хімічного вмісту волоський горіх має й багато цінних фармакологічних властивостей. Препарати з нього є сильнов'яжучим, збуджувальним, кровоочисним, протицинготним і глистогінним засобом, вони регулюють функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту й зміцнюють його.

Для лікувальної мети використовують листя й зрідка плоди волоського горіха (здебільшого незрілі).

Вважають (виходячи з побутового досвіду), що в листках волоського горіха, крім дубильних та інших вищезазначених хімічних речовин, є також і речовини, які отруйні для комах і для риб, тому зовнішнє застосування листя цього дерева при корості іноді дає бажані наслідки.

У народі волоський горіх застосовують: при катарах шлунка й кишок, проти скупчення слизу в них, при проносах і коли не перетравлюється їжа, при рахіті й ексудативному діатезі та при подагрі — всередину й зовнішньо, при кровотечах та проти хвороб шкіри (для поліпшення обміну речовин).

Зовнішньо препарати з волоського горіха застосовують: при ранах — простих і злоякісних, при хронічному

ртутному отруєнні, при цинготних виразках та золотушному запаленні очей. Як глистогінний засіб, ліки з волоського горіха корисні від круглих глистів. Розжований волоський горіх часто вживають у народі як пластир, який прикладають до нариву (особливо до нігтьоїди).

Способи застосування. *Відвар для внутрішнього й зовнішнього застосування:* взяти 20 *г* порізаного молодого листя або незрілих плодів на 200 *мл* окропу й настоювати протягом 20 хвилин; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Чай: 10,0—200,0; вживати при всіх вищезазначених внутрішніх хворобах і діабеті.

Настойка: залити літром спирту (в крайньому випадку — водою) 30 дрібно порізаних незрілих плодів і настоювати в пляшці на сонці протягом 14 днів; чорна пахуча настойка готова.

Лікер: процідити настойку, засипати плоди, що залишилися, цукром (на смак), добре перемішати (майже потовкти), долити спиртом (або горілкою) і настоювати ще протягом місяця, потім процідити й видавити через марлю — виходить лікер. Для смаку додати трохи гвоздик і кориці. Настойка й лікер однаково корисні при неперетравлюванні шлунка, тільки лікер не такий ефективний, але зате приємніший. Вживати по одній чарці, після їди.

Мазь для ран: взяти 15 *г,* або одну столову ложку, порізаного листя волоського горіха на 100 *г* соняшникової олії, протримати сім діб, потім олію з листям прогріти в киплячій водяній бані протягом трьох годин, двічі процідити крізь марлю, прокип'ятити проціджене ще протягом півгодини, після цього додати 15 *г* жовтого воску, щоб вийшла мазь.

№ 45. Горобина звичайна (Sorbus aucuparia); з лікувальною метою використовують її плоди й листя.

Горобина звичайна — дерево з родини розових. Поширена майже по всій території Радянського Союзу, в тому числі й на Україні. Росте по лісах, поблизу будинків, у садах та в парках.

У цього дерева сіра гладенька кора, листки чергові, непарнопірчасті, квітки правильні за формою, білі, дрібні, запашні, схожі на цвіт яблуні, але зібрані в густі щитки. Цвіте горобина звичайна у травні — червні. Плоди у цього дерева ягодоподібні, кулясті, червоні, гіркуваті, терпкі; дозрівають вони у вересні й до глибокої зими залишаються на дереві. Від заморозків вони втрачають терпкість і гіркуватість і набувають приємнішого смаку.

Збирати ягоди горобини краще після заморозків, але не треба гаятися, тому що птахи в цей час швидко поїдають їх. Сушити ягоди треба в гарячій печі на залізних листах.

Плоди горобини визнано в науковій медицині високовітамінним продуктом (вони містять у собі вітаміни А і С) і лікарським засобом, який допомагає при авітамінозах. З цих плодів виготовляють вітамінний сироп, дозволений до випуску, та вітамінні чаї (№ 2), до складу яких ці плоди входять.

Але більше ліки з горобини використовують у народній медицині, перш за все як протицинготний, а також як сечогінний, кровоспинний і протидизентерійний засіб. При лікуванні цинги до плодів горобини додають і листків з неї, бо в них, як вважають, більше вітаміну С. Звичайно, свіжий сік з ягід і листя цього дерева, а особливо, якщо до нього та ще додати меду,— це найефективніший протицинготний засіб.

Способи застосування. *Відвар плодів* (іноді з листям): 15,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, 3—4 рази на день.

Свіжий сік: на чверть склянки соку додати пів чайної ложечки меду; вживати свіжоприготованим, 2—3 рази на день.

Горобинець (Capsella bursa pastoris) — див. *Грицики звичайні.*

Горошок жовтий, горошок лучний (Lathyrus pratensis) — див. *Чина лучна.*

№ 46. Гранатник звичайний, гранатник, гранат (Punica granatum); з лікувальною метою використовують його кору.

Гранатник звичайний — кущова рослина з родини гранатових, до півтора метра заввишки, або дерево, до 10 *м* заввишки з могутньою й довговічною кореневою системою. Походить ця рослина з Північної Африки, вона вирощується й дуже поширена в Радянському Союзі (в Азербайджані, Грузії, а також у Середній Азії) та в усіх теплих країнах, де холод не буває більший за —12°.

Нерівний стовбур у гранатника покритий невеликими шипами, гілки гладенькі, з червонуватою корою (в молодості зеленувато-сірі, а в старості — коричнювато-сірі). Листки здебільшого супротивні, ланцетовидні, тупі, гладенькі, блискучі. Квітки одиночні або по 2—3 на гілочці, дуже красиві, яскраво-червоні, майже сидячі.

Плоди у гранатника схожі на ягоди, але вони завбільшки з яблуко, кулястої форми, мають приємний кисло-солодкий смак, з дуже твердою зовнішньою шкірою, колір якої переходить від лимонно-

оливового до рожевого, темно-пурпурового забарвлення. Всередині плода 6—12 гнізд для насіння, кількість якого становить від 400 до 700 штук.

Цвіте гранатник у липні — серпні, плоди його дозрівають пізно восени.

Кору гранатника застосовують у науковій медицині, як сильний глистогінний засіб, особливо від солітера (замість папороті, якщо вона протипоказана). Ця кора містить у собі, крім значної кількості дубильної (в'яжучої) кислоти, ще й багато сильних алкалоїдів, з яких особливо цінний палетієрин, який за 10 хвилин убиває стьожкових глистів.

У народній медицині застосовують свіжі плоди гранатника (з кіркою, тому що в ній багато дубильних речовин): від кашлю, проносу, при колітах (запаленнях товстої кишки), при простуді, малярії та в інших подібних випадках.

Але кращий ефект дає застосування кори цієї рослини, тільки в таких випадках слід поводитися обережно, відвар кори треба вживати з суворим дозуванням (не більш як по пів або по повній чайній ложечці, 3—4 рази на день), тому що коли збільшити дозу, то можуть виникнути шлунково-кишкові кровотечі, алкалоїди можуть спричинити повну сліпоту.

Кора гранатника корисна й при проносах, а шкірка його плодів — при запаленні товстої кишки. Щоб не помилитися, коли треба придбати кори гранатника у висушеному вигляді, треба знати, який вона має зовнішній вигляд: вона має вигляд трубчастих жолобуватих кусків сірувато-жовтого або зеленувато-жовтого кольору, часто зігнутих, покритих з зовнішнього боку ніби світлими сочевичками.

Способи застосування. *Відвар від проносів і колітів:* беруть 5 *г* кори гранатника на 100 *мл,* або півсклянки окропу, устоюють протягом 20 хвилин і потім вживають по пів або по повній чайній ложечці, 3—4 рази на день. Воду краще замінити на простий сироп і додати 5 *г* спирту або вина.

Екстракт (саморобний): 50 *г* кори гранатника намочити в 400 *мл,* або у двох склянках, води й дати помокнути протягом 6 годин, потім кип'ятити, поки не випарується до половини, процідити й поступово, протягом години, випити все вранці натщесерце (можна поєднати

з кавою). Через 2—3 години вжити рицинового або сольового (глауберової солі) проносного в кількості від 15 до 30 *г*. Це від солітера.

Гречечка (Polygonum hydropiper) — див. *Гірчак перцевий.*

№ 47. Гречка звичайна, або справжня (Fagopyrum sagittatum); з лікувальною метою використовують її квітки й листя.

Гречка звичайна — злакова сільськогосподарська культура, яку всі знають, тому нема потреби наводити тут ботанічний опис її.

На Україні в народі використовують гречку для лікувальної мети, відварюючи квітки й листя з неї. Відвар квіток (10,0—200,0) п'ють, як чай, без дозування, для видалення густого мокротиння та для пом'якшення сухого кашлю. Багато хто вважає за корисне пити такий чай і при склерозі судин з підвищеним тиском крові, додаючи до цього чаю іноді й сухоцвіту, як засобу, що заспокоює нервову систему й знижує тиск крові.

Свіже листя гречки, подавлене до соку й складене листок на листок досить товстим шаром, добре прикладати до простих і таких, що гнояться, ран і навіть до наривів. Для присипання запрілих місць у дітей застосовують добре просіяне на густе сито борошно з листя гречки.

Вживати всередину свіже листя й квітки гречки небезпечно, тому що вони до деякої міри отруйні: адже навіть суха гречана солома, якщо її дають скотині у великій кількості, спричинює випадання шерсті у тварин.

Грижник (Sanguisorla officinalis) — див. *Родовик лікарський.*

Гризучка (Brassica rapa) — див. *Pina.*

№ 48. Грицики звичайні, куряча гречка, горобинець, мисочки (Capsella bursa pastoris); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

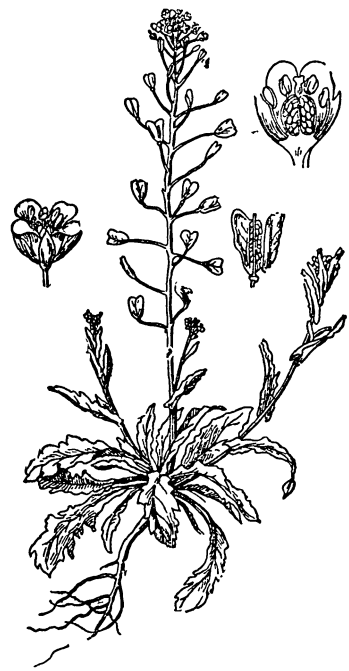
Грицики звичайні (мал. 23) — однорічна або дворічна рослина з родини хрестоцвітих. Дуже поширені, як бур'ян, по полях, дорогах, поблизу будинків та по засмічених місцях майже по всій земній кулі, ростуть і по всій території України.

Корінь у грициків звичайних веретеноподібний, тонкий. Стебло прямостояче, просте або гіллясте, заввишки 50—60 *см*. Нижні листки

зібрані в розетку, черешкові, пірчастороздільні, цілокраї, сіро-зелені, виїмчасто-зубчасті; стеблові — дрібні, сидячі, суцільні або також виїмчасто-зубчасті. Квітки білі, дрібні. Плоди — невеликі, трикутні стручечки, схожі на мисочки (звідки й одна з народних назв рослини). Цвітуть грицики звичайні з квітня до вересня, від низу стебла до верху.

Збирають траву під час цвітіння рослини.

Ця рослина має цінні лікарські властивості, препарати з неї є в'яжучим, очисним (при ревматизмі), кровоспинним (при ниркових, легеневих, маткових і менструальних надмірних кровотечах) та сечогінним засобом, а також скорочують мускулатуру матки та регулюють обмін речовин.



Мал. 23. Грицики звичайні.

У науковій медицині грицики звичайні останнім часом цілком визнано лікарською рослиною, в аптеках є готовий препарат з них у вигляді рідкого екстракту.

У народній медицині цю рослину почали використовувати ще в стародавні часи, і вона й досі не втратила в очах людей своєї лікувальної цінності як кровоспинний засіб, який застосовують при різних кровотечах, навіть при маткових. Особливо цінні ліки з цієї рослини для надмірно кровоточивих жінок, а також для жінок при кровотечах і в передклімактеричному періоді.

Як в'яжучий засіб, препарати з грициків звичайних корисні при проносах, особливо свіжий сік (вживати по 40 крапель цього соку, розведеного на чарці горілки, а не на воді,— щоб був більший ефект). Взагалі в усіх випадках і внутрішнього вживання й зовнішнього застосування ефективніше діє не відвар і не настойка з трави цієї рослини, а свіжий сік з неї.

Корисні грицики звичайні і як сечогінний засіб, при всіх жовчних і ниркових хворобах і навіть при кам'яній хворобі.

Ліки з цієї рослини допомагають також і при кавернах у легенях (при туберкульозі).

Способи застосування. *Відвар* (легкий): 10,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день. Цей же самий відвар можна застосовувати і як зовнішній засіб (від кровотеч).

Екстракт саморобний: відвар, згущений до половини; вживати по одній чайній ложечці, три рази на день.

Сік свіжий, наполовину розведений водою; вживати по одній столовій ложці, або по 40—50 крапель на ложку води, три рази на день.

Громовик (Echium vulgare) — див. *Синяк звичайний.*

Гусятник (Polygonum aviculare) — див. *Спориш звичайний.*

Гусяча лапка, гусяче зілля (Potentilla anserina) — див. *Перстач гусячий.*

Дармін (Artemisia cina) — див. *Цитварний полин.*

№ 49. Деревій звичайний, рипка, білоголовник, заяча трава, кривавник та інші назви (Achillea millefolium); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Деревій звичайний (мал. 24) — багаторічна рослина з родини складноцвітих. Поширений по всій території помірної і теплої смуг Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, в Середній Азії та на Далекому Сході, а також у країнах зарубіжної Європи та в Північній Америці.

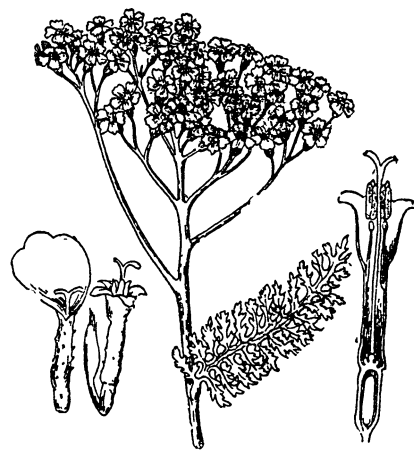
Стебла у деревію звичайного прямі, звичайно-прості, пружні і, подібно до листків, більш або менш шерстисто-волохаті, заввишки до 50 *см.* Ця рослина пускає підземні пагони. Листки двічі пірчасторозсічені, з суцільним стриженьком і з частками, по обидва боки надрізаними. Квітки трубчасті й язичкові, в дрібних кошиках, зібрані вгорі рослини в щитковидну волоть, мають біле, рідше червонувате або рожевувате, з фіолетовим відтінком, забарвлення; пахучі; на смак гіркі.

Деревій містить у собі багато ефірної олії, і тому пахнуть не тільки квітки, але й листя його. В ньому багато в'яжучих речовин, є гірка екстрактивна речовина, органічні кислоти та інші речовини. Є в цій рослині також і вітаміни А і С та фітонциди (речовини, що вбивають шкідливих хвороботворних бактерій.

Головна дія деревію звичайного на організм — надавати крові здатності зсідатися.

Ця рослина відома була ще в давнину, в часи Діоскоріда, який називав її herba vulnenaria, тобто рановою травою, травою для загоювання ран і проти всяких кровотеч (жіночих, наприклад).

Маючи в собі гіркоту, деревій корисний для апетиту, при різних хворобах шлунка (проносах, запорах та ін.), а особливо при спазмах. Що ця рослина підвищує апетит, це можна підтвердити й практикою птахівництва: дрібно посічена трава деревію з товченим ячменем і перцем—приправою є апетитним кормом для індичат. Дуже ласі до цієї трави й кролі та інші домашні тварини.



Мал. 24. Деревій звичайний.

Крім того, деревій має потогінні й сечогінні властивості, тому ліки з цієї рослини часто вживають у народі при жовчнокам'яній хворобі, при хворобах печінки, при гострому бронхіті, нічному нетриманні сечі, при геморої, проти масових чиряків (тобто для поліпшення порушеного обміну речовин), від жіночих хвороб (зміцнює органи тіла й регулює їхню функціональну діяльність) та в інших випадках.

Відвари, настойки, а також і свіжий сік з трави деревію вживають всередину у вищезазначених випадках від усіх кровотеч, а як засоби, що містять у собі вітамін С, ці препарати вживають також і від недокрів'я.

Як зовнішній засіб, деревій особливо ефективний при ранах і навіть на запалених частинах шкіри, якщо до них прикладають свіжопотовчене листя або мазь із нього.

Звичайно ефективнішим є свіжий сік, але й відвар (у зимову пору), особливо якщо до двох частин деревію додати одну частину ромашки, виявляє майже таку саму корисну дію на організм.

Способи застосування. *Відвар:* 15,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Можна й не дозувати, а пити, як чай, по одній склянці, три рази на день, що корисно особливо при маткових кровотечах.

Свіжий сік краще вживати з медом (на смак), по три чайні ложечки на день.

Суміш (від сильного серцебиття): свіжого соку з трави деревію і рути по 24 краплі на чарку вина або горілки; випити за два рази за день.

Мазь: 1) в зимову пору: одна частина настойки на чотири частини вазеліну, добре змішати;

2) влітку: беруть жменю квіток і листя, товчуть у ступі, поки все не стане однорідною масою, і змішують майже пополам з топленим несолоним свинячим салом. Краще, якщо застосовувати тільки що зроблену мазь.

Настойка: 30,0; вживати по 40—50 крапель, три рази на день.

Дзвоники (Pulmonaria officinalis) — див. *Медунка лікарська.*

№ 50. Дивина скипетровидна, дивина великоцвіта, коров'як скипетровидний, ведмеже вухо та інші назви (Verbascum thapsiforme); з лікувальною метою використовують цвіт і насіння цієї рослини.

Дивина скипетровидна (мал. 25) — дворічна трав'яниста рослина з родини ранникових. Зустрічається ця рослина в Радянському Союзі майже повсюди, а особливо на півдні, в тому числі й по всій території України — на необроблених місцях, на пагорбах, які освітлюються сонцем, на узліссях, на схилах залізничних насипів та на схилах сухих високих берегів річок, іноді у великій кількості — островами, як кажуть. За перший рік зростання цієї рослини у неї розвивається тільки розетка прикореневих листків. На другий рік з цієї розетки виростає квітуче стебло, і рослина цвіте.

У дивини скипетровидної дуже високе стебло, яке досягає 1—1,5 *м*. Нижні листки довгасті, обернено-яйцевидні або еліптичні. Вся рослина сіруватопухнаста, з білувато- або жовтуватоповстистими листками. Квітки світло-жовті або золотисто-жовті, великі, зібрані пучками, доверху в густу колосовидну китицю, а донизу — в трохи рідшу. Запах у свіжих квіток ніжний, сухі квітки пахнуть медом. Плоди — насінні, яйцевидні, гострі коробочки; насіння в них дрібне, бурувато-чорне. Цвіте рослина з червня до кінця серпня, розцвітаючи поступово від низу китиці до верху.

Збирають з цієї рослини лише віночки квіток у суху ясну погоду, вириваючи їх з чашечки. Зібрані віночки квіток рекомендується сушити швидко, в затемненому місці (на закритих горищах або на печі). Добре висушені віночки можна щільно спресовувати й зберігати в коробочках.

Під час заготівлі віночків квіток цієї рослини не слід збирати на землі опалі віночки й квітки, які ще не розпукалися («булавки»).

Дивину скипетровидну, як обволікаючий, знеболювальний та відхаркувальний засіб, включено до багатьох фармакопей і допущено до грудного збору.

У народній медицині дивину скипетровидну вживають у таких випадках: при всіх хворобах горла й легень (при кашлі, бронхіті, астмі та емфіземі), а крім того при дизентерії або спазматичному проносі (як обволікаючий і знеболюючий засіб), при катарах шлунка (заспокоює й пом'якшує біль), при внутрішньому, або так званому закритому, геморої, при жовтяниці, хворобах печінки й селезінки та при хворобливому похуданні або виснаженні.

Мал. 25. Дивина скипетровидна.

Дивина скипетровидна більше входить до складу сумішей з аналогічними за дією рослинами.

Як рослина, що містить у собі сапоніни й слиз, дивина скипетровидна дуже цінна для полоскань горла, особливо відвар її (10,0—200,0) в поєднанні порівну з квітками лісових калачиків (дикої рожі) та листям підбілу. Порошок з цієї рослини дуже потрібний буває для присипок матерям, у яких потріскалися соски. Попередньо соски треба змочувати соком моркви.

Мазь із порошку з насіння дивини скипетровидної застосовують при ранах, що гниють, і виразках.

Бажано було б дослідити антипаразитну властивість і токсичність дивини скипетровидної, бо помічено, що цією рослиною отруюється риба.

Способи застосування. *Відвар квіток:* 10,0—200,0; вживати по три столові ложки, три рази на день.

Мазь із порошку з насіння: 5 частин насіння на 10 частин коров'ячого масла.

Сироп для дітей, від кашлю: 7,5 *г* квіток дивини скипетровидної і стільки ж коріння лікарської рожі заварити на 250 *мл* окропу й кип'ятити протягом 15—20 хвилин, до процідженого через марлю відвару додати 200 *г*

цукру й кип'ятити, поки не вийде густий сироп. Давати дітям по одній чайній ложечці, кілька разів на день.

Настойка квіток: 20,0; по 20 крапель, три рази на день.

Дика горобинка (Tanacetum vulgare) — див. *Пижмо звичайне.*

Дика мальва (Malva silvestris) — див. *Калачики лісові.*

Дика маслинка (Elaegnus angustifolia) — див. *Лох.*

Дика рожа (Althaea offciinalis) — див. *Рожа лікарська.*

Дика рожа (Lavatera thuringiaca) — див. *Лаватера тюрінгська.*

Дика троянда (Rosa canina) — див. *Шипшина звичайна.*

Дикий льон (Chamaenerium angustifolium) — див. *Іван-чай вузьколистий.*

Дикий льон (Linaria vulgaris) — див. *Льонок звичайний.*

Дикий мак (Althaea officinalis) — див. *Рожа лікарська.*

Димнянка (Fumaria officinalis) — див. *Рутка лікарська.*

№ 51. Диня (Melo); з лікувальною метою вживають сік з її м'якуша.

Це всім відома баштанна культура; у лікувальному відношенні корисна завдяки тому, що в її м'якуші є сік, який застосовують у народній медицині як засіб, що допомагає від глистів, при хворобах горла та від хронічного кашлю. Оскільки сік з дині зовсім не шкідливий, його можна вживати, скільки завгодно.

Дідівник (Arctium majus) — див. *Лопух справжній.*

Дрібноцвіт (Galium verum) — див. *Підмаренник справжній.*

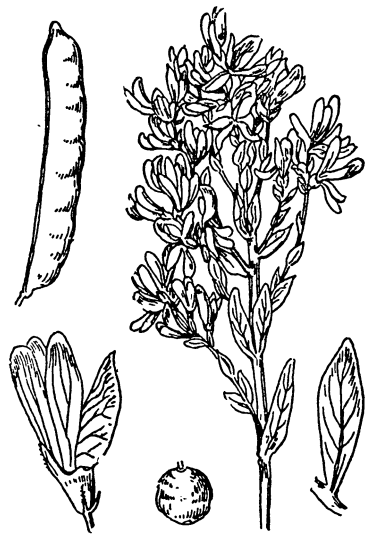
Дрібчасте зіллячко (Pimpinella saxifraga) — див. *Бедринець ломикаменевий.*

№ 52. Дрік красильний, або жовтий, жовтило (Genista tinctoria); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Це напівкущова рослина (мал. 26) з родини бобових. Зустрічається в сухих лісах, на узліссях, між чагарниками та на луках у серед-

ній і південній смугах Європейської частини Радянського Союзу і зокрема по всій території України, в Західному Сибіру, а також у Середній і Західній Європі.

Стебла в цієї рослини без колючок, гостроребристі, притиснутопухнасті, з гілками, спрямованими догори. Листки чергові, суцільні, довгасті, гострі, з маленькими шиловидними прилистками. Квітки жовті (правильніше, золотисто-жовті), в довгих китицях на кінцях стебел і гілок; приквітки довші за чашечку, чашечка двогуба, плоди — голі, лінійні, трохи зігнуті боби.



Мал. 26. Дрік красильний.

Відповідно до своєї дії на організм дрік красильний є (за народним досвідом) сечогінним, послаблювальним та заспокійливим при подразненні за́собом, він має також біологічну активність гормона для зміцнення щитовидної залози (подібно до тиреоїдину). Відповідно до останньої фармакологічної властивості дроку красильного, він цілком може замінювати собою тиреоїдин — спеціальний препарат із щитовидної залози тварин, причому помічено, що лікувальна дія препаратів з цієї рослини триваліша і без шкідливих побічних явищ (якщо не перевищувати дозу).

Не безуспішним є застосування дроку красильного й для боротьби з хворобами щитовидної залози (запаленнями, в'ялістю та затвердіннями її), при зобі, гіпертиреозі, мікседемі (набряку) та при ожирінні. Вживають цю рослину в таких випадках у вигляді відвару з неї.

У народній медицині дрік красильний вживають при рахіті, водянці (живота), хворобах печінки, при жовтяниці і взагалі як очисний засіб, а також проти запору — як проносний засіб.

Застосовують дрік красильний також і для боротьби з виснаженням та хворобливим похуданням, звичайно, якщо причиною цих явищ не є порушення правил дієти.

В цій лікарській рослині помічається й зміцнювальна властивість.

Не тільки в народній медицині, але й у науковій (лікарі Ертель и Бауер) рекомендується, між іншим, вживати чай з дроку з медом при втраті сил та при серцевій слабкості зі зниженим тиском крові.

При боротьбі з хворобами щитовидної залози відвар готують з зелених висушених частин цієї рослини, але не з квіток.

Способи застосування. *Відвари:* 1) 10,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день;

2) 15,0 сушеної трави заливають холодною водою (0,5 *л,* або 2,5 склянки), кип'ятять, випаровуючи до $^1/_3$ рідини; вживати по дві столові ложки, через кожні дві години, поки не настане результат (нормалізація функціональної діяльності кишечника або нирок); при інших хворобах або при індивідуальній чутливості до нього зменшити дозу до однієї столової ложки, три рази на день.

Вживати відвар треба з перервою, через день.

№ 53. Дуб звичайний (власне черешковий — Quercus robur) і дуб літній, літняк (Quercus pedunculata); з лікувальною метою використовують молоду кору й насіння — жолуді.

Дуб звичайний або літній — дерево з родини букових, поширене в Радянському Союзі й зокрема майже по всій території України (одне з 19 видів).

На відміну від інших видів у цього дуба досить широкі листки, з округлими лопатями й короткими черешками. Плоди — жолуді — буруватого кольору, блискучі, однонасінні, розколюються на дві частини, коли їх очистити від твердої шкаралупи. Насінні роки (урожайні роки на жолуді) бувають раз у 5—6 років.

Дубова кора, яку для медичного застосування заготовляють з молодих (не товщих за 10 *см* у діаметрі) пагонів, коли вона тонка і має гладеньку зовнішню поверхню (з літнього дуба, а іноді й з зимового), містить у собі, крім інших хімічних речовин, багато (до 20%) дубильної речовини, завдяки якій кора й має медичну цінність.

У науковій медицині кору з дуба застосовують як в'яжучий засіб у вигляді 10%-ного відвару для полоскання при гінгівітах, стоматитах та інших запаленнях слизової оболонки порожнини рота, зіва, глотки й гортані (при

ангіні, наприклад), а іноді застосовують 20%-ний відвар кори дуба для лікування опіків. Кора дуба входить також до складу інших ліків — мікстур (у відварах).

Таке дуже обмежене її застосування в науковій медицині, а тим часом, судячи з народного досвіду, їй слід би приділяти більше уваги.

У народі, окрім як в'яжучий засіб при запаленнях слизових оболонок, дубову кору застосовують при кровотечах з рота, при розпушуванні ясен і навіть при цинзі, а також при свіжих ранах у формі примочок — як кровоспинний та зміцнювальний засіб.

Всередину відвар дубової кори вживають при виразці шлунка, при кровотечах з шлунка (дьогтеподібний кал), при кривавій сечі, надмірних місячних, при проносах і частих позивах на сечовипускання (відвар 40 *г* на літр води).

Як зміцнювальний засіб, кору з дуба зовнішньо застосовують при випаданні товстої кишки, у вигляді сидячих ванн, а всередину препарати з дубової кори вживають при хворобах грудних та інших органів, які потребують загального зміцнення. Корисно вживати ці ліки всередину також і при рахіті й холері.

Відвар з кори дуба вживають як протизапальний і заспокійливий засіб при ангіні, особливо при утрудненому ковтанні, при опухах залоз, при зобі — всередину й зовнішньо, при хворобах печінки й селезінки (разом з тирличем), при хворобливому похуданні й виснаженні, при зубному болі, особливо при флюсі (гаряче полоскання відваром кори з шавлією), при грижі — всередину як зміцнювальний засіб і, нарешті, при отруєнні грибами, алкалоїдами та солями металів (міді й свинцю).

У формі ванн дубову кору застосовують проти посиленого потіння ніг (50—100 *г* на літр окропу), як клізму — при дизентерії (на три частини відвару кори — одну частину крохмалю) та при інших дитячих проносах.

Кора дуба входить і до складу сумішей при спринцюванні від білей та для ванн від рахіту й золотухи.

Від пролежнів готують з кори мазь у поєднанні з бруньками чорної тополі.

Загалом у народі дубову кору застосовують майже в 20 різних випадках.

Жолуді — всім відомі плоди дуба. З них виготовляють каву з додаванням кореня цикорію. Ця кава є не тільки поживним, але й цілющим засобом.

За народним досвідом, жолудева кава (тільки не перепалена) дуже корисна при золотусі, при дитячих хворобах (особливо при судомі), при грижі, як зміцнювальний засіб та від похудання, а також як дуже поживний засіб. Рекомендується змішувати цю каву майже порівну з зерном ячменю, жита, вівса й пшениці з додаванням також і цикорію (дикого, а не культурного). Причому, зерно кожної з цих злакових рослин, а також і жолуді, треба підсмажувати, поки вони не почервоніють, але так, щоб вони не почорніли, а після цього змішати все; цикорій треба підсмажувати не на вогні, а в печі, яку тільки що витопили і яка ще не вихолонула. Ця обережність необхідна, тому що цикорій легко займається.

Такої складної кави в продажу не буває. В аптеках буває тільки жолудева або «злакова», здебільшого чорна, тобто дуже перепалена, яка не має цілющих властивостей.

Жолудеву каву рекомендується виготовляти самим (особистий досвід автора).

Способи застосування. *Склад жолудево-злакової кави:*

жолудів очищених і потовчених на борошно .	30%,
ячменю (потовченого зерна)	20%,
жита (потовченого зерна)	10%,
вівса (потовченого зерна)	10%,
коріння цикорію	20%,
коріння кульбаби (для смаку, не обов'язково)	10%.

Зберігати цю каву треба в ящику з пергаментним папером або краще в скляній і добре закупореній посудині. Вживати її треба, як звичайно: з молоком і цукром, а якщо можна,— то з медом.

Відвари кори: 1) для внутрішнього вживання: 10,0—200,0; по одній столовій ложці, два—три рази на день;

2) для зовнішнього застосування: 20,0—200,0;

3) від опіків: 40,0—200,0, але краще мазь: одна частина згущеного відвару кори (а краще, якщо «горішків»-

галів, тобто наростів на листках) на 4 частини коров'ячого масла або вазеліну.

Від пролежнів: дві частини дрібно порізаної кори дуба і одна частина бруньок чорної (запашної) тополі на 7 частин коров'ячого масла; настоювати в теплому місці всю ніч, вранці скип'ятити на легкому вогні, видавити ще теплим і злити в банку.

№ 54. Дудник лісовий (Angelica silvestris) і дудник лікарський (Archangelia officinalis); з лікувальною метою використовують корінь і насіння.

Дудник лісовий (мал. 28) — дворічна трав'яниста рослина з родини зонтичних; зустрічається в дикому стані в Радянському Союзі

Мал. 27. Дудник лікарський.

Мал. 28. Дудник лісовий.

майже повсюди, зокрема й по всій території України,— по берегах річок, струмків, по вологих місцях.

Стебло у лісового дудника пряме, товсте, голе, дудчасте, завишки до 2 *м*. Прикореневі листки великі (35—80 *см*), двічі- тричіпірчасті, яйцевидно-загострені; верхні — з дуже здутою піхвою, що обхоплює стебло. Квітки дрібні, білі, часто рожевуваті або кремові, зібрані в складний зонтик діаметром 10—17 *см*. Розім'яті стебла й кореневища мають сильний, специфічний запах і гіркий смак. Кореневище у лісового дудника коротке, товсте (5—8 *см* завдовжки і до 5 *см* завширшки), зовні кільчасте, яке виділяє, коли його переламати, сік — білий, як молоко.

Кореневища лісового дудника викопують весною, з коренями, а насіння (якого треба мало) збирають восени. В кореневищі дудника

багато ефірної олії, яку добувають (відга́няють) з нього (власне з дудника лікарського) і застосовують у техніці під назвою дудникової, або ангелікової, олії.

У науковій медицині приготовляли сечогінні й потогінні препарати з кори іншого виду цієї рослини дудника лікарського (мал. 27), який більше застосовують для лікувальних і технічних потреб. Цей вид дудника мало чим відрізняється від дикого, або лісового, дудника, яким користується народ, але він не завжди буває напохваті, адже не росте сам, де попало, його вирощують.

Наукова медицина останнім часом мало користується навіть і лікарським дудником, а диким і поготів, але в народі ця рослина дуже популярна.

Відмітними рисами лікарського дудника є такі: суцвіття у нього кулясте, а не щитковидне, як у дудника лісового; віночки квіток світло-жовті й блідіші, ніж у лісового, не так яскраво забарвлені й не з рожевим відтінком; коріння не дерев'янисте і дужче пахне.

У фармакологічному відношенні дудник є досить цінною рослиною. У ньому є сечогінні, потогінні, вітрогінні, болетамувальні, заспокійливі, сильні відхаркувальні й такі, що регулюють функціональну діяльність шлунка, а також дезинфікуючі й антипаразитні засоби, що помічено з народного досвіду.

Дудників корінь потрібний у багатьох випадках: і при тривкому бронхіті, і для боротьби з в'язким мокротинням, і при здутті кишечника, при коліках у животі, а також при сильних проносах (навіть при дизентерії). В останньому випадку він особливо ефективний, якщо його поєднувати з коренем лепехи та з дубовою корою порівну, відвар яких вживають по півсклянки або по повній склянці, три рази на день (можна вживати й у вигляді порошку).

При слабкій функціональній діяльності нирок дудник дуже корисний як сечогінний засіб (особливо в поєднанні з іншими сечогінними засобами); як заспокійливий засіб його вживають при трясучці, тобто при віттовій хворобі. Корисна ця рослина і як дезинфікуючий засіб, не дарма в народі відомий звичай: під час епідемії холери робити з дудника спиртову настойку з часником, як запобіжний засіб від зарази.

Зовнішньо дудник часто застосовують у формі ароматичних ванн: при подагрі, ревматизмі, при різному болі в попереку, а свіжим соком з нього капають на хворий зуб і у хворе вухо (болетамувальний засіб).

Настойку з нього застосовували для натирання після зазначених вище ванн.

Як антипаразитний засіб, цю рослину, особливо в поєднанні з білою чемерицею, з великим успіхом застосовують для боротьби з білизняними вошами. Цю лікарську суміш роблять так: беруть столову ложку порошку кореня чемериці й поєднують з чайною ложечкою порошку з насіння дудника; одну частину суміші змішують з чотирма частинами свинячого жиру. Це мазь для натирання тіла.

В усіх випадках краще користуватися коренем аптечного, або лікарського, дуднику, якщо він є.

Способи застосування. *Відвар:* 15,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 20,0 (здебільшого для натирання тіла).

Ванни: 50 *г* на відро води.

Свіжий сік: закапувати у вухо, по 2—3 краплі.

№ 55. Дурман звичайний, або смердючий, німиця, коровки, колючі яблука, дур смердючий (Datura stramonium); з лікувальною метою використовують листя цієї рослини.

Дурман звичайний — однорічна трав'яниста, рідше дерев'яниста рослина з родини пасльонових. Поширений у чорноземній смузі Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й по всій території України, в Передкавказзі й Закавказзі, в Західному Сибіру, в зарубіжній Європі, Північній Африці та в Америці. Росте по засмічених місцях, на городах, у садах, на польових землях та по берегах річок.

Стебло в дурману прямостояче, гладеньке, дудчасте, вилчастогіллясте, заввишки до 120 *см,* з черговими великими, майже лопатевими, довгочерешковими, за формою виїмчасто-зубчастими, загостреними листками. Зверху листки темно-зелені, знизу — світло-зелені. Квітки великі, одиничні, розташовані в розвилинах стебла, з білими хвилясто-зрослими лійковидними віночками, які вдвоє довші за свої трубчасті чашечки.

Своєрідною прикметою цієї рослини є її плоди, що являють собою яйцевидні коробочки по 3—4 *см* завдовжки, густо покриті нерівними шипами («колючі яблука»). Розкриваються коробочки, коли дозрівають, по чотирьох стулках угорі. В кожній коробочці міститься близько 500 досить великих матово-чорних, сплюснуто-нирковидних насінин.

Вся рослина, коли вона свіжа, має неприємний, одурманюючий (через те й називається дурманом) запах, якщо її чіпати. Всі частини рослини **дуже отруйні.** Цвіте дурман у липні — серпні, і тоді й збирають з нього листя й сушать.

За своєю фізіологічною дією на організм це наркотичний, снотворний, протиспазматичний, заспокійливий та знеболюючий засіб.

У науковій медицині використовують листя й почасти насіння дурману, яке застосовують при бронхіальній астмі (куріння цигарок з листя) як антиспазматичний та заспокійливий засіб. Вживання дуже обмежене (тому що рослина дуже отруйна).

У народній медицині дурман використовують набагато ширше. Його застосовують як заспокійливий засіб при астмі, невралгії, неврастенії, при нервових і навіть при психічних хворобах, при спазмах і судомі, при коклюші й судомному кашлі, від хворобливої сонливості, при хореї, епілепсії, від постійної й тривкої гикавки, а також при піапізмі (тобто при хворобливому й тривалому напруженні статевого органа без статевого збудження) та німфоманії (тобто при надмірному статевому потягу в жінок).

Всередину дурман вживають у вигляді настойки й порошку, а зовнішньо застосовують для вдихання, обкурювання та куріння цигарок.

Ця рослина є дуже радикальним засобом при випадінні матки й товстої кишки (сидячі ванни, спринцювання й клізми), а також при хронічному ревматизмі (ванна).

Як протизапальний засіб, дурман застосовують і зовнішньо (примочка) — при запаленні очей, особливо при бешисі.

Як знеболюючий засіб, цю рослину застосовують також і при сильних болях (спазмах) у шлунку.

Способи застосування. *Відвари:* 1) для вдихання: 20 *г* на 200 *мл* води. Вдихати через ніс протягом 15—20 хвилин;

2) для ванн: 20 *г* на відро води.

Настойка: 20,0, або одна частина потовченого насіння на 5 частин спирту. Вдихати через ніс протягом 15—20 хвилин.

Всередину: по дві краплі на дві столові ложки води; вживати 4—5 раз на день.

Примочка для очей: відвар або розведена настойка; по одній — дві чайні ложечки на півсклянки води.

Порошок з сухого листя: для вживання всередину його треба брати на дуже маленький кінчик складаного

ножика, точніше — не більше як по 0,1 *г* на один раз і не більше як по 0,3 *г* на день.

№ 56. Евкаліпт кулястий (Eucaliptus globulus); з лікувальною метою використовують його листя.

Евкаліпт (мал. 29) — високе, іноді гігантське (до 150 *м* заввишки) вічнозелене дерево з родини миртових з ланцетовидними, синювато-зеленими, багатими на еферну олію листками та з квітами в їхніх пазухах.

Батьківщиною евкаліпта є Австралія і Нова Зеландія. У нашій країні це дерево досить широко вирощують тепер на Кавказі, в Криму та в усіх інших південних районах.

Велике поширення евкаліпта пояснюється широким використанням цього дерева: його листя — для потреб медицини, кори — для дублення шкіри та інших матеріалів, деревини — для виготовлення меблів та для суднобудування. Крім того, як красиве дерево, яке до того ще й оздоровлює повітря своїм смолистим запахом, евкаліпт розводять і з декоративною метою. Це дерево є також і прекрасним медоносом.

Мал. 29. Евкаліпт кулястий.

Хімічний склад евкаліпта достатньо вивчено. Встановлено, що в ньому багато дубильних речовин, ефірної олії та фітонцидів.

У фармакологічному відношенні препарати з листя евкаліпта є корисним засобом, який виявляє відхаркувальну, в'яжучу, болетамувальну, протималярійну і головним чином протигнильну та дезинфікуючу дії на організм.

Евкаліптова олія, а особливо чистий цинеол з неї, виявляють чудову антипаразитну дію: ці препарати відлякують і навіть убивають комах (комарів, москітів та мурашок).

У науковій медицині препарати з евкаліпта цілком визнано (хоч їх все-таки й рідко застосовують) як добрий дезинфікуючий засіб, у три рази сильніший за карболову кислоту і не такий отруйний, як вона, а до того ж ще й має приємний запах.

Ліки з евкаліпта є також добрим відхаркувальним, болетамувальним і відтяжним засобом. У цих випадках, а також і від малярії, вживають як внутрішній засіб відвар або настойку з евкаліптового листя.

Листя цього дерева ціниться завдяки ефірній олії, яка є в ньому. Препарати з евкаліптового листя застосовують і як зовнішній засіб при наривах, ранах (як знезаражуючий засіб) та при різних підшкірних гнійних запаленнях, а також при білях (як дезинфікуючий і в'яжучий засіб).

Ефірну олію з евкаліптового листя (її продають в аптеках) застосовують для вологих інгаляцій, вдихань, для полоскання і для втирання як болетамувальний і відтяжний засіб: при невралгії, ревматизмі та люмбаго (біль у попереку або ломота в спині), а також як досить активний засіб знезаражування при ранах.

При внутрішньому вживанні евкаліптової олії не помічено ніяких шкідливих побічних явищ, отже вона не подразнює нирок навіть у осіб, які хворіють на нефрит.

Способи застосування. *Відвари*: 1) для внутрішнього вживання й полоскання: 10,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день;

2) для промивання ран, спринцювання й змочування тампонів: 30,0—200,0. Цього відвару достатньо одну—дві склянки на літр води.

Настойка: 20,0; по 20—25 крапель, три рази на день (є й готова настойка в аптеках).

Примітка. Останнім часом почали застосовувати при відкритих переломах, плевритах, флегмонах, абсцесах і гнійних маститах міцніший відвар евкаліптового листя: 15,0—100,0; при цьому листя попередньо дрібно ріжуть і варять протягом 3—4 хвилин.

Жаблір (Potentilla anserina) — див. *Перстач гусячий.*

Жабрій (Linaria vulgaris) — див. *Льонок звичайний.*

№ 57. Женьшень (Panax schin-seng); китайська назва, в перекладі — людина-корінь, корінь життя;

«шень-цао» — «божествена трава»; з лікувальною метою використовують корінь цієї рослини.

Женьшень — багаторічна рослина з родини аралієвих. У дикому стані росте в Радянському Союзі — в Приморському краї та на півдні Хабаровського краю, а також у Маньчжурії, в Північній Кореї та подекуди в Китаї. Заради всебічної лікарської цінності, яку вже давно помітили в женьшені, а також через те, що цю рослину важко відшукувати в дикому стані, женьшень вирощують у багатьох країнах, у тому числі й у нас, на Далекому Сході.

Корінь у женьшеня циліндричний, довгастий, м'ясистий, жовтуватий, з кільцевидно-зморщеною поверхнею, ділиться на власне корінь і шийку. Довжина й діаметр шийки кореня залежать від віку рослини: корінь у 10—12-річної рослини має шийку завдовшки 3—4 *см*, а у 25-річної — 10—11 *см*. Це дійсно багаторічна рослина, тому що за літературними даними, може досягати 100-річного віку, але через те, що її посилено збирають, не трапляється випадків такого довгого зберігання окремих особин цієї рослини в природі. Корінь женьшеня досягає з відростками 30 *см*, а з мочками, які відокремлюються від нього — 60 *см* завдовшки і 3 *см* у поперечнику.

Формою корінь женьшеня подібний до кореня моркви й нерідко буває схожий на людську фігуру, через що й називається «женьшень», що в буквальному перекладі означає «людина-корінь».

Стебло у рослини одиночне, пряме, заввишки досягає близько 30 *см*, листки, а їх буває 2—3, зрідка до 5, зібрані в кільце, з довгими черешками, до основи пилчасторозсічені на п'ять; суцвіття — простий зонтик з 5—16 (іноді до 50) дрібних квіток з білим віночком і зеленою чашечкою.

Плоди у женьшеня — соковиті, яскраво-червоні, округло-довгасті ягоди, що містять у собі по дві зрослі тверді, дисковидні, білі насінини, розміром від 3 до 6 *мм*.

Лікувальне застосування женьшеня і в науковій і в народній медицині дуже широке.

Там, де женьшень росте, наприклад у Кореї, корінь цієї рослини варять, перетворюючи його на кашку, для вживання по одній чайній ложечці на день, а також консервують.

У нашій країні застосовують настойку з кореня женьшеня, яку вживають по 20 крапель, три рази на день.

Корінь женьшеня — найактивніший і до того ж найуніверсальніший лікарський засіб. Цей корінь допомагає: при занепаді сил, перевтомі, загальній слабкості, для поліпшення обміну речовин в організмі, при похуданні й виснаженні (хворобливому), при недокрів'ї, при хворобах печінки й нирок, дуже допомагає сечовиділенню, при хворобах серця (наприклад, при гіпертонії), при іпохондрії та істерії, неврастенії та різних інших нервових хворобах, при статевому безсиллі та полюціях, при ніч-

ному виснажливому потінні, при кровохарканні, задишці, при діабеті (сахарному виснаженні), при туберкульозі легень та при всяких інших тяжких хворобах взагалі й жіночих зокрема — як добрий зміцнювальний засіб для організму. Його використовують також при лікуванні ревматизму та шкірних хвороб.

Мал. 30. Живокіст лікарський.

Зовнішньо корінь женьшеня застосовують при ранах і забиттях.

У народній медицині кореню женьшеня, крім того, приписують здатність подовжувати життя й відновлювати молодість, чому його вживають не тільки хворі, але й здорові люди, починаючи з 40-річного віку.

Останнім часом помічено, що корінь женьшеня корисний і при шлунково-кишкових захворюваннях, при діабеті та підвищенні тиску крові.

Способи застосування. *Настойка* (продається в аптеках): 30,0; по 20 крапель, три рази на день.

Жерявка більша (Tropaeolum majus) — див. *Красоля.*

№ 58. Живокіст лікарський, воловий язик, ріжник (Symphytum officinale); з лікувальною метою використовують його корінь.

Живокіст лікарський (мал. 30) — багаторічна трав'яниста рослина з родини шорстколистих. Росте на вологих луках, поблизу канав і струмків, на пухких торф'яно-мінеральних грунтах. Поширений майже по всій території Європейської частини Радянського Союзу і зокрема росте майже скрізь на Україні.

Рослина досягає заввишки до 100 *см.* Стебло у неї крилате, особливо догори, завдяки розлогим і збіжним листкам, товсте й пряме. Нижні листки великі, довгасто-ланцетні, а біля основи звужені в крилатий черешок; верхні — менші, сидячі. Вся рослина шершава, з цупкими волосками.

Квітки у лікарського живокосту зібрані в пониклі під листочками закрутки-групи; віночки квіток брудно-пурпурові або лілові, іноді з відвернутими назовні зубцями. Корінь товстий, гіллястий, зовні чорний, а всередині білий, крихкий і нерівний при зламі; на смак терпколипкий.

Цвіте рослина з травня до серпня. Збирають коріння живокосту восени. Їх важко мити й сушити.

Завдяки дубильним речовинам, на які багатий корінь живокосту, він цінний як в'яжучий і загоювальний засіб, крім того, в ньому помічено протизапальну, зміцнювальну і таку, що поліпшує обмін речовин в організмі, дію.

Хоч цю рослину й називають лікарською, або аптечною (officinale), проте в науковій медицині її не використовують, і препаратів з неї в аптеках нема.

В гомеопатії є есенція з свіжого кореня лікарського живокосту, зібраного до початку цвітіння рослини.

Лікарський живокіст більше відомий у народній медицині. В народній лікувальній практиці здебільшого вживають настій кореня на гарячому молоці, який випаровують у печі протягом 6—7 годин, але так, щоб не довести його до кипіння, тому що від цього в ньому зруйнуються діючі речовини.

Настій з кореня живокосту вживають як обволікаючий і протизапальний засіб при всіх видах запалення слизової оболонки (при грипі, ангіні та ін.), а особливо при грудних хворобах, навіть тяжких. Цей настій вживають у народі й при лікуванні туберкульозу легень. До речі, допускається й водний настій кореня живокосту, тобто на окропі, але без кип'ятіння, тільки для зовнішнього застосування (для полоскання) при катарах горла.

Як в'яжучий засіб, його вживають при простих і навіть тривких проносах, при чиряках, виразках і нарівах — зовнішньо й внутрішньо (для поліпшення обміну речовин), а крім того, при хворобах нирок.

Зовнішнє застосування кореня живокосту. Порошок з цього кореня прикладають до ран, що кровоточать. Сік з кореня (або з стебел) чи порошок, якщо його вкладати в ніс на клаптику ватки, спиняє кровотечу. При переломі або туберкульозі кісток хворі місця обкладають потовченою масою з свіжого кореня живокосту, а якщо корінь сухий (у зимовий період), то звичайно його треба зволожити для цього або намазати хворі місця маззю з кореня. Це роблять також і при хворобах горла, додатково до внутрішнього лікування.

Способи застосування. *Настій на гарячому молоці:* 10,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настій на воді (гарячий) — в тих самих співвідношеннях і ті самі дози вживання.

Суміш кореня живокосту з медом (замість настою коріння на молоці): беруть свіжий або сухий, але розмочений корінь, товчуть його на тісто, додають половинну частину меду й змішують; цю досить густу масу вживають по одній чайній ложечці (запиваючи водою), три рази на день.

Мазь: свіжий потовчений корінь змішують наполовину з розігрітим свинячим жиром.

Житничка (Fumaria officinalis) — див. *Рутка лікарська.*

Житняк (Agropyrum repens) — див. *Пирій повзучий.*

Жовтава чемериця (Veratrum album) — див. *Чемериця біла.*

Жовтило (Chelidonium majus) — див. *Чистотіл звичайний.*

Жовтило (Genista tinctoria) — див. *Дрік красильний.*

Мал. 31. Жовтозілля звичайне.

№ 59. Жовтозілля звичайне, будяк жовтоцвітий (Senecio vulgaris); з лікувальною метою використовують корінь цієї рослини.

Жовтозілля звичайне (мал. 31)—однорічний бур'ян, другий вид широколистого жовтозілля (див. наступний номер), який мало чим відрізняється від цієї рослини, хіба що тільки численнішим співлистком з вузьким розділенням листків і з квітками не у вигляді щитків, а у формі одиночних квіткових кошиків, які дуже схожі на квітки підбілу. Жовтозілля звичайне більше відоме у нас, тому що росте по всій території Радянського Союзу, в тому числі й повсюди на Україні, а не тільки на Кавказі.

Ліки з звичайного жовтозілля вживають, як кровоспинний засіб, особливо рекомендують їх при тяжких місячних очищеннях та при затримці їх.

Способи застосування. *Настойка:* 25,0; по 30—40 крапель на чарку води, один—три рази на день.

Екстракт: 25 або 30,0; по 40 крапель, один—три рази на день.

№ 60. Жовтозілля широколисте (Senecio platyphylus); з лікувальною метою використовують корінь цієї рослини.

Жовтозілля широколисте (мал. 32) — багаторічна рослина з родини складноцвітих, що росте на Кавказі в тінистих і лісистих ущелинах.

Мал. 32. Жовтозілля широколисте.

У цієї рослини товсте горизонтальне кореневище, з тонкими корінцями, що йдуть униз. Стебло тонке й тому не стійке, не пряме; воно рідко усаджене великими, внизу трикутними, біля основи —

серцевидними, а вище — кутасто-трикутними листками. Заввишки стебло досягає 150 *см*. Закінчується воно кольоровими кошиками з трубчастих квіток, зібраних у густі щитки; квітки жовті, з чубком з тоненьких волосків.

Плоди у широколистого жовтозілля — циліндричні сім'янки з реберцями. Цвіте рослина в серпні. Кореневище збирають восени, кінці корінців обрізують. Миють і сушать кореневище звичайним способом.

Широколисте жовтозілля заслуговує на увагу, його стараються вирощувати, з нього одержують цінний медичний препарат — платифілін, який має болетамувальну й заспокійливу при спазмах дію.

Відвар з коріння широколистого жовтозілля застосовують при гострих шлункових і кишкових спазмах, судомистих запорах, загостренні виразкової хвороби шлунка або дванадцятипалої кишки, при запаленні товстої кишкй (коліках), при ниркових і печінкових коліках, запаленні жовчного міхура (холециститі), бронхіальній астмі, судомі, при гіпертонії серця, при стенокардії (приступах різкого болю за грудниною при грудній жабі) та при інших захворюваннях.

Такі самі властивості має й настойка з коріння цієї рослини на 70%-ному спирті (в аптеках її не продають). Вживати цю настойку по 30—40 крапель, один раз на день, і тільки при тривких болях можна три рази на день.

Вищеназваний препарат платифілін, а також і настойка з широколистого жовтозілля мають кращі лікарські властивості, ніж атропін, тому що не спричинюють серцебиття й сухості в роті. Як болетамувальний засіб, платифілін вживають в усіх випадках спазмів і особливо при спазмах ділянки шлунково-кишкового тракту.

У народі в таких випадках захворювання вживають настойку з коріння широколистого жовтозілля.

Способи застосування. *Згущений відвар:* 20,0—200,0; вживати по 40 крапель.

Настойка: 25,0; по 30—40 крапель у чарці води й не більше як по три рази на добу.

Платифілін у вигляді порошку: по 0,005 *г;* не більше як два—три рази на день.

№ 61. Жовтушник сіруватий, свиріпа (Erysimum canescens); з лікувальною метою використовують траву й насіння цієї рослини.

Жовтушник сіруватий (дикорослий чи вирощуваний) — дворічна рослина (мал. 33); на першому році життя утворює розетку прико-

реневих листків, а на другому році дає плоди. Вся рослина дуже опушена, сірувато-зелена. Квітконосні стебла дуже розгалужені, досягають заввишки 30—80 *см;* листки звужені в черешку, довгасті, зубчасті; стручки однакової товщини з стеблом, завдовжки до 7 *см,* чотиригранні, сплюснуті, відхилені від стебла; квітки жовті. Цвіте

Мал. 33. Жовтушник сіруватий.

Мал. 34. Звіробій звичайний.

рослина з травня по червень. Це ботанічне визначення сіруватого жовтушника, який вирощують.

Дикорослий жовтушник мало чим відрізняється від вирощуваного, хіба що тільки тим, що менший від нього за розміром.

Крім цього виду жовтушника, на території Радянського Союзу ростуть і інші види цієї рослини: жовтушник левкойний, прямий і алтайський, якими можна частково замінювати високоактивний сіруватий жовтушник.

Ще з часів стародавнього Риму (від Плінія) і до середньовіччя жовтушник був відомий як найкращий серцевий і сечогінний засіб, корисний при водянці. Цю якість жовтушника визнають і досі.

В науково-дослідних інститутах (зокрема у ВІЛАРі) цю рослину докладно вивчено і встановлено, що в ній містяться глюкозиди серцевої дії.

Цей бур'ян, що росте звичайно поблизу житла, на парових полях, на нивах і вздовж доріг, поширений більше на території України, в тому числі в Криму, де його можна побачити в степу і на кам'янистих місцях.

Відомо, що ця рослина швидко втрачає свою активність, і тому, заготувавши її в період цвітіння (а насіння — при дозріванні) і висушивши в тіні або на сонці, її треба зберігати в сухому приміщенні і не довше як 6 місяців.

У науковій медицині жовтушник широко застосовують, особливо при серцевих хворобах. З різних видів жовтушника виробляють багато препаратів, зокрема еризимін та еризил (з сіруватого жовтушника), які продають в аптеках для внутрішнього вживання (а іноді й для підшкірного застосування).

Відповідно до багатовікового народного досвіду, сіруватий жовтушник застосовують у вигляді відварів і настойок: як сечогінний і відхаркувальний засіб, при всіх легеневих і грудних хворобах, зокрема, від хрипоти, для очищення дихальних шляхів, при водянці й особливо як заспокійливий засіб при серцевих хворобах.

Способи застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка або *екстракт* (тобто згущений відвар): 20,0; по 10 крапель, три рази на день.

Є в аптеках і готовий рідкий екстракт, вживати який треба по 10 крапель, 2—3 рази на день.

№ 62. Жостір проносний, або голчастий, чорноягідник (Ramnus cathartica); з лікувальною метою використовують його ягоди.

Жостір проносний, так само, як і крушина ламка, відноситься до родини жостерових і мало чим відрізняється від тієї рослини, але все-таки треба знати його відмітні ознаки.

Стебло у жостеру проносного не гладеньке, колючки є у верхній частині всякої гілки, на стеблах нема білих плям (сочевичок), як у ламкої крушини.

Ягоди жостеру проносного (але не його кору) застосовують лише в науковій медицині, а в народі ними мало користуються. Застосовують ягоди цієї рослини у вигляді відвару (іноді настою): 20,0—200,0, кип'ятити протягом 20 хвилин; вживати на́ніч, по півсклянки. Вони входять також до складу проносного чаю, але їх вживають не як проносний засіб, а як засіб, що регулює функціональну діяльність кишечника. Часто їх вводять до складу засобів, що зміцнюють кишечник.

Журавлині стручки (Lathyrus pratensis) — див. *Чина лучна.*

Журавлині стручки (Polygonatum officinale) — див. *Купина лікарська.*

Забудька, забудьки (Artemisia vulgaris) — див. *Чорнобил.*

Зайців льон (Linaria vulgaris) — див. *Льонок звичайний.*

Залізняк (Verbena officinalis) — див. *Вербена лікарська.*

Заяча капуста (Sedum acre) — див. *Очиток їдкий.*

Заяча крівця (Hypericum perforatum) — див. *Звіробій звичайний.*

Заяча трава (Achillea millefolium) — див. *Деревій звичайний.*

Заячий мак (Adonis vernalis) — див. *Горицвіт весняний.*

Заячі бурячки (Echium vulgare) — див. *Синяк звичайний.*

Заячі вушка (Consolida arvensis) — див. *Сокирки польові.*

Звадник (Lycopodium clavatum) — див. *Плаун булавовидний.*

№ 63. Звіробій звичайний, воронець, кривавник, заяча крівця (Hypericum perforatum); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Звіробій (мал. 34) — багаторічна рослина з родини звіробоєвих. Поширений майже по всій території Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі всюди на Україні, а також на Кавказі, в Західному Сибіру, Середній Азії, по всій території Західної Європи, в Китаї, в Північній Америці та в Африці. Росте на сухих луках, пагорбах, галявинах, у лісових посадках та між чагарниками.

Стебла у звіробою до 80 *см* заввишки, прямі, голі, з двома гострими гранями, відростають кожного року. Листки супротивні, овальні або довгасті, з крапками, що просвічуються. Квітки жовті. Плоди — коробочки з темно-бурим насінням. Рослина має терпкий смак і ніжний, специфічний запах. Збирають звіробій під час цвітіння (зрізують верхні частини стебел з листям і квітками).

Ця рослина містить у собі гірку екстрактивну речовину, ефірну олію, каротин і вітамін С (9—13 *мг*%) і завдяки цьому вона ціниться як протизапальний, в'яжучий і такий, що збуджує апетит і регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту, засіб, а також як заспокійливий, сечогінний і зрештою дезинфікуючий засіб.

Всередину ліки цієї рослини вживають у вигляді ефірно-спиртової настойки (по 40—50 крапель, після їди) як протизапальний і такий, що збуджує апетит і регулює випорожнення, засіб, а зовнішньо їх застосовують у вигляді розведеної настойки для полоскання рота, для зміцнення ясен і усунення неприємного запаху з рота, а також як примочку від ран та опіків.

Лікарі з досвіду знають, що коли льотчики обпікаються під час горіння літака, то найрадикальнішим засобом у таких випадках є звіробій, особливо олія з цієї рослини — так звана звіробоєва олія, що рятує навіть тих, у кого вогонь ушкодив $^2/_3$ поверхні тіла.

У науковій медицині звіробій застосовують і всередину і зовнішньо як заспокійливий і в'яжучий засіб, але здебільшого не як саму цю рослину, а в складі з аналогічними рослинами.

У народній медицині звіробій застосовують значно ширше: як протизапальний засіб і для регулювання функціональної діяльності шлунково-кишкового тракту при слабкості шлунка і тяжкості в ньому з задишкою, при вітрах, коли щемить від запалення, при тривкому проносі та в багатьох інших випадках.

Крім того, що звіробій добре допомагає при грипі й ангіні, він має також і велику протиревматичну силу, навіть при хронічному ревматизмі (зменшує ломоту), корисний при головному болі, при хворобах печінки, слабкості й тремтінні серця, при болі в грудях, нічному нетриманні сечі, при мокротинній ядусі, багатьох жіночих хворобах (білях, наприклад), коли потрібна протизапальна, заспокійлива й регулююча допомога.

Звіробоєвою олією, яку люди часто роблять самі, настоюючи дві частини квіток звіробою на чотирьох частинах мигдальної або хоч би соняшникової олії протягом двох—трьох тижнів, не без успіху лікують рани, застарілі виразки, нариви та всякі інші гнійні запалення, розпушення слизових оболонок (змазують ясна) і т. д.

Звіробоєву олію визнає й наукова медицина. Добре допомагає ця олія при великих забиттях у груди й спину (можна застосовувати й примочки з відвару). Деякі лікарі (Соболевський, наприклад) помітили, що настойка й відвар звіробою, коли їх вживали всередину, допомагали при туберкульозі легень.

Часто звіробій застосовують як стерилізуючий і дезинфікуючий засіб.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—400,0 (краще вйпарувати до половини); по одній столовій ложці, три рази на день, після їди.

Зовнішньо — примочка до гнійних ран та до інших місць, у яких гнійний запальний процес.

Настойка або екстракт: 30,0; всередину по 40—50 крапель, три рази на день, після їди; зовнішньо — для полоскань, розвести 30—40 крапель на півсклянки води.

Олія: півсклянки листя й квіток звіробою, потовчених на порошок, настоювати на одній склянці соняшникової олії не менш як протягом трьох тижнів.

Мазь: беруть одну частину настойки на 4 частини коров'ячого масла.

Суміш ліків (вживають при хворобах печінки):
трави звіробою — 20 *г*;
квіток цмину піскового — 30 *г;*
кори крушини — 20 *г*.

Чотири столові ложки цієї суміші або всю її, не відмірюючи, заварити на літрі окропу, потримати 10 хвилин і процідити; випити за день, за п'ять раз. Кори крушини додають у цю суміш, щоб запобігти запорові, яким часто супроводжується хвороба печінки.

Мал. 35. Зигаденус сибірський.

№ 64. Зигаденус сибірський (Zygadenus sibiricum); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Зигаденус сибірський (мал. 35) — невисока багаторічна трав'яниста рослина з родини лілійних, з білувато-зеленими квітками. Поширений на сході Європейської частини Радянського Союзу, по всьому Сибіру та на Далекому Сході. Росте по рідколіссю, в чагарниках і рідше по сухих луках.

Цибулина у сибірському зигаденусу довгасто-яйцевидна, одягнена чорно-бурими залишками листків. Стебло прямостояче, просте, завишки 20—80 *см;* листки зосереджені в нижній частині стебла, лінійні, загострені, звужуються до основи. Квітки зібрані в суцвіття, що утворюють нещільну китицевидну волоть.

За складом хімічних речовин (алкалоїдів), що містяться в сибірському зигаденусі і які добре вивчив протягом останнього часу ВІЛАР, а також за характером і силою дії на організм ця рослина дуже схожа на закордонну сабадилу й ціниться як рівний їй протипаразитний засіб (від вошей — головних і лобкових).

Корисний сибірський зигаденус для тієї ж мети і у ветеринарії, і ним цілком можна замінювати імпортний товар (сабадилу, яку важко діставати).

Способи застосування. *Відвар:* 5,0—200,0. *Настойка:* 50,0.

Зимозелень (Ruta graveolens) — див. *Рута запашна.*

Зірки польові (Anagallis arvensis) — див. *Курячі очка польові.*

Змійовик (Polygonum bistorta) — див. *Ракові шийки.*

Зніт вузьколистий (Chamaenerium angustifolium) — див. *Іван-чай вузьколистий.*

Зозулин цвіт (Coronaria flos cuculi) — див. *Коронарія зозуляча.*

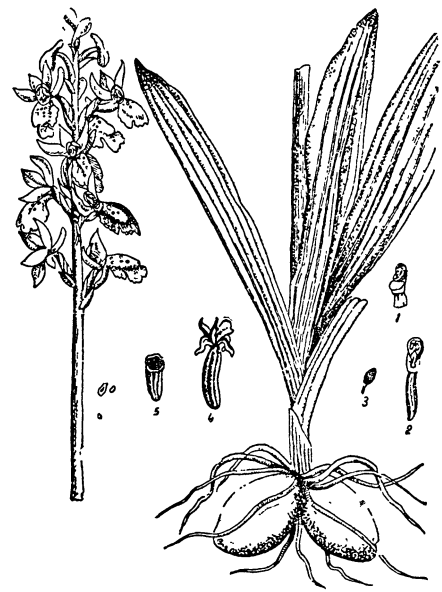
№ 65. Зозулинець чоловічий, любка, «люби мене, не покинь» (Orchis masculata); з лікувальною метою використовують коріння, або бульби цієї рослини.

Зозулинець — рід невеликих багаторічних рослин з родини зозулинцевих (орхідних). Рослини ці мають багато різновидностей, схожих одна на одну, але ми наведемо тут ботанічний опис лише чоловічого зозулинця, який дає більші бульби. Цей вид зозулинця поширений головним чином у Курській, Орловській і Воронезькій областях Російської федерації та на Україні, а крім того трапляється й на Кавказі.

Корінь зозулинця чоловічого (мал. 36) складається з двох яйцевидних бульб, з яких одна відживає, а друга — молода, соковита; від неї відходить багато тонких корінців. Надземну частину цієї рослини становить одиночне квіткове стебло, яке обхоплюють знизу довгасто-овальні листки (подібно до того, як у стебла городньої цибулі або в конвалії) і яке закінчується густим колосом химерних, різноманітно й строкато забарвлених квіток з великою губою і здебільшого з шпоркою.

Листки у чоловічого зозулинця зелені, гладенькі, з дуговидними жилками. Стебло, виходячи з пари овальних бульб, завжди утворює нові бульби. Заввишки це стебло досягає 40 *см*. В колосовидно зібраних квітках оцвітина сіро-лілова, а нижня, роздвоєна губа квітки яскраво-пурпурова. Плід —коробочка, яка тріскається по шести стулках; насіння з прозорою зовнішньою оболонкою.

Крім чоловічого зозулинця, корисні, завдяки досить великим бульбам, також і інші види цієї рослини: зозулинець салеповий, «люби мене, не покинь» (Orchis morio), зозулинець шоломоносний, зозулині сльози (Orchis militaris) та любка дволиста (Platanthera bifolia), яка відрізняється від інших видів зозулинця тим, що у неї, як у конвалії, тільки два листки (тому й називається дволистою).



Мал. 36. Зозулинець чоловічий.

Усі ці види зозулинця однаково корисні своїми бульбами. Ростуть вони найчастіше в листяних мішаних лісах, серед чагарників, у заростях, рідше на луках, а вищезгадана любка дволиста і схожа на неї любка зеленоцвіта (Platanthera chlorantha) мають на Україні ще назву нічниць, або «люби мене, не покинь» — за свій сильний ароматний запах, особливо вночі, під час розпукування. Іноді дволисту любку називають нічною фіалкою. Не тільки квітки, а й сама рослина, коли засохне, то приємно пахне маренкою.

Бульби всякого виду зозулинця, а чоловічого зозулинця тим більше, цінні своїми драглистими, слизистими поживними речовинами, на які вони так багаті. Збирають бульби в кінці літа, поки вони ще не постаріли.

У народів Сходу бульбам зозулинця надавали любовного значення, та й у нас ними користувалися знахарки, як засобом, що збуджує статевий потяг. Деякі вважають, що бульби цієї рослини допомагають при

імпотенції (статевому безсиллі), а інші на цій підставі надають їм значення як засобові, що підносить тонус життя. В усякому разі незаперечним є те, що бульби чоловічого зозулинця винятково поживні, особливо, якщо їх поєднувати з молоком і медом (особистий досвід автора).

Не дивно, що на Сході туристи й інші люди на час далеких переходів запасалися бульбами чоловічого зозулинця, щоб можна було підкріпити сили, коли невистачатиме їжі. Ці бульби, потерті на порошок, називають салепом (це перське слово в перекладі означає «слиз», на який ці бульби багаті).

Хімічний склад і властивості зозулинця мало вивчено, але до Державної фармакопеї СРСР цю рослину ввели, і порошок з її бульб (салеп) буває в аптеках, хоч і не в усіх і до того ж у малій кількості, бо вживають його обмежено, очевидно, лише як слиз проти отруєнь.

У народі порошок з бульб зозулинця, або салеп, визнають дуже корисним у багатьох випадках: при проносі, дизентерії, катарі товстих кишок і сечового міхура та в усіх тих випадках, коли для боротьби з запаленням тканин внутрішніх органів потрібен обволікальний слиз. При боротьбі з проносами для більшого ефекту роблять клізми з розчину салепу з додаванням $^1/_{10}$ частини лляного сім'я.

Салеп дуже зручний для вживання дітям, особливо, коли вони страждають на катар кишечника. Він необхідний також і літнім людям, щоб підтримувати сили при старечому виснаженні, та людям, які хворіють на туберкульоз, і тим, хто переніс сильні кровотечі або втратив силу й здоров'я після гнітючих переживань і тяжких виснажливих хвороб.

Якщо немає салепу в аптеках, його можна приготувати самому таким способом: на викопаних бульбах зозулинця обчищають дрібні корінці й верхню шкірочку, нанизують бульби на нитку, занурюють їх на кілька хвилин у окріп, щоб знищити неприємний запах і видалити з них гіркоту, а також для того, щоб вони не могли проростати. Вийняті з окропу бульби сушать на свіжому повітрі (у тіні) або в теплому приміщенні. Висушені бульби повинні мати жовтуватий колір і деяку скловидність або прозорість.

Перед вживанням ці бульби розтирають на порошок, розводять спочатку в холодній воді — в 10 частинах, а

потім додають 90 частин окропу (або гарячого молока) і збовтують, щоб вийшла густувата рідина, схожа на рідку сметану.

У народів Сходу (наприклад, у персів) зозулинцеві шишки вважають за винятково поживні й навіть цілющі. З них готують постійний ранковий напій і кидають їх навіть у суп, готують з них желе, а з їхнього борошна роблять тісто, яке вживають як харчовий продукт.

Мал. 37. Золототисячник.

Способи застосування. *Відвар:* 3,0—10,0 на 180 *мл*, або одну—дві чайні ложечки на склянку окропу (або гарячого молока); вживати для лікування по одній—дві столові ложки, 3—4 рази на день.

Виснаженим людям добова доза—40 *г*, на воді або на молоці.

Клізма: дві чайні ложечки салепу беруть на дві склянки окропу (попередньо помочивши порошок холодною водою) і додають, якщо є, чверть чайної ложечки лляного сім'я (потовченого).

Примітка. Щоб перевірити, чи доброякісний порошок салепу, який ви купили, треба одну його частину взяти на 100 частин води й закип'ятити: повинен утворитися густуватий і майже безкольоровий слиз; якщо ж до цього слизу, після того як він вичахне, додати, для контролю, кілька крапель йоду і слиз набуде синього кольору, то це означає, що слиз цей виготовлено з доброякісного порошку салепу.

Зозулині черевички (Consolida arvensis) — див. *Сокирки польові.*

№ 66. Золототисячник, ясенець, золотуха, семисильник, сердушник (Erythraea centaurium); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Золототисячник (мал. 37) — дворічна рослина з родини тирличевих. Росте по сухих місцях, між чагарниками, на галявинах, пагорбах і степах, більше на глинястому грунті на території Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й по всій Україні, а також на Кавказі.

Стебло у золототисячника голе, чотиригранне, просте, лише вгорі іноді вилчасто розгалужене, заввишки 15—30 *см*. Нижні листки на перший рік без стебла, в розетці, довгасті, обернено-яйцевидні, з п'ятьма жилками; верхні — супротивні, довгасто-ланцетні, гострі, 2—5 *см* завдовжки і 0,5—1,5 *см* завширшки. Суцвіття у вигляді щитковидного напівзонтика. Квітки темно-рожеві, розпукуються перед сходом сонця; віночок і чашечки п'ятизубчасті, зрослолисті, чашечка вдвоє коротша за віночок.

Смак у рослини гіркий, запах ніжний, невизначений. Цвіте рослина з половини червня до кінця серпня. Збирають її під час цвітіння.

Хімічні й фармакологічні властивості золототисячника мало вивчено, але все-таки відомо, що в ньому є гірка речовина центаурин, ефірна олія та слиз.

У науковій медицині золототисячник застосовують лише як гіркий шлунковий засіб (для збудження апетиту, поліпшення травлення й посилення перистальтики кишок).

У народі золототисячник як дуже популярний (особливо на Україні) засіб застосовують значно ширше. Крім того, що цю рослину використовують при різних шлункових хворобах (диспепсії, проносі, особливо у дітей, дизентерії, печії, підвищеній кислотності з відрижкою, блюванні, при вітрах і засміченні в шлунку), його вживають також і при грудних хворобах — і внутрішньо і зовнішньо (як болетамувальний засіб у вигляді припарок), при золотусі, як збуджувальний засіб, при гарячці і навіть малярії, при недокрів'ї, хворобах печінки й нирок, при туберкульозі легень (п'ють, як чай) і, нарешті, проти алкоголізму.

Для боротьби з алкоголізмом вживають ліки такого складу: 4 частини золототисячника і одна частина полину у вигляді відвару однієї столової ложки цієї суміші на склянку окропу; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Відвар золототисячника вживають без дозування жінки під час родів (п'ють, як чай), тому що він діє, як збуджувальний і зміцнювальний засіб.

У суміші з пісковим цмином і пижмом (порівну) золототисячник вживають у народі також і проти дрібних глистів у ділянці сліпої кишки: 15,0 суміші на 200,0 ок-

ропу; вживати по одній столовій ложці, 3—4 рази на день.

Способи застосування. *Відвар:* 10,0 або

Мал. 38. Іван-чай.

15,0 на 200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день, за півгодини до їди.

Настойка: 25,0; по 15—20 крапель, три рази на день, за півгодини до їди.

Готові препарати в аптеках: настойка гірка — складний препарат, який містить у собі й золототисячник;

вживати по 10—20 крапель, кілька разів на день (для апетиту).

Золотуха (Erythraea centaurium) — див. *Золототисячник.*

№ 67. Іван-чай вузьколистий, хаменерій вузьколистий, зніт вузьколистий, іван-чай, дикий льон, плакун та інші назви (Chamaenerium angustifolium); з лікувальною метою використовують листя цієї рослини.

Іван-чай (мал. 38) — багаторічна трав'яниста рослина з родини онагрових. Росте по всій Україні на узліссях, на просіках, поблизу канав і висохлих торф'яних боліт.

Стебло у іван-чаю досягає заввишки 150 *см,* листки ланцетовидні, невеликі; квітки лілово-пурпурові, зрідка білі; плоди — у вигляді вузьких довгих стручків з насінням, схожих на відростки стебла, що напівколом загинаються.

Завдяки дослідженням ВІЛАРу в цій рослині протягом останнього часу виявлено дубильні речовини (танін) і слиз. Останнє доводить, що ця рослина корисна для лікувальної мети. 10%-ний настій або відвар з листя іван-чаю є добрим протизапальним і болетамувальним засобом при всяких запаленнях слизових оболонок і навіть при виразкових процесах у внутрішніх органах.

У народі цю рослину вважають корисною й при головному болі.

Способи застосування. *Відвар:* 15,0—200,0 (для зовнішнього застосування і внутрішнього вживання). Доза для вживання всередину: по одній столовій ложці, три рази на день, перед їдою.

Індійський чай (Orthosiphon stamineus) — див. *Ортосифон.*

Інжир (Ficus carica) — див. *Винні ягоди.*

Іпекакуана (Cephaelis ipecacuanha) — див. *Блювотний корінь.*

Калачики аптечні (Althaea officinalis) — див. *Рожа лікарська.*

№ 68. Калачики лісові, мальва лісова, дика мальва, калачики (Malva silvestris); з лікувальною метою використовують квітки, листя й коріння цієї рослини.

Калачики лісові (мал. 39) — однорічна рослина з родини мальвових. Ростуть вони на полях, при дорогах, біля будинків, при огорожах — у середній і південній смугах Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі всюди на Україні.

Вся рослина шершаво-волохата, з прямим і гіллястим стеблом, заввишки до метра; листки чергові, зарубчасто-зубчасті, округлі, 5—7-лопатеві. Квітки великі, до 30—40 *мм* у діаметрі, зібрані в пучки, по кілька штук у кутах листків; пелюстки глибоковиїмчасті, рожеві, поступово звужені в нігтик; після сушіння стають темно-фіолетовими. Корені довгі, розгалужені. Плоди — групи насінин, зібраних калачиком, який потім розпадається. Цвіте рослина з червня по серпень. Листя збирають разом з квітками, а корені — восени.

Мал. 39. Калачики лісові.

В хімічному відношенні лісові калачики мало вивчено.

У науковій медицині цю рослину не застосовують, але все-таки відмічено, що в ній, як і в рожі лікарській, багато слизу, дубильних речовин, а також каротину й вітаміну С. Тому й не дивно, що в лісових калачиках помічено (за народним досвідом) кілька цілющих властивостей: ця рослина є обволікаючим, відхаркувальним і заспокійливим засобом.

У народі широко застосовують відвар з квіток лісових калачиків (а іноді й з листя або з коренів) при нестерпному сухому кашлі, катарах горла та при охриплості (для полоскання). Часто для більшого ефекту квітки й листя лісових калачиків поєднують з цвітом гречки,

підбілу та дикого маку і з травою медунки. Квітки й листя лісових калачиків вживають також при збільшенні селезінки, але разом з травою чорнобилу, ромашки та з зерном вівса, для гарячої ванни перед сном.

Способи застосування. *Відвар:* 15,0—200,0, проціджений; треба пити при хворобах легень і дихального горла, по одній склянці, п'ять раз на день.

1-й відвар-суміш (вживається при тих самих хворобах): беруть квіток лісових калачиків, гречки, підбілу, дикого маку й трави медунки порівну і змішують: 50 *г* цієї суміші заварюють на 5 склянок і п'ють по одній склянці, п'ять раз на день.

2-й відвар-суміш (для ванн; при лікуванні збільшеної селезінки): беруть 200 *г* листя й квіток лісових калачиків, по 150 *г* трави чорнобилу й ромашки і стільки ж зерна вівса; усе це заливають 25 склянками окропу, настоюють протягом цілого дня, а ввечері кип'ятять, виливають у ванну й додають, скільки треба, води. Ванну приймають на ніч, тривалістю не більш як на 20—30 хвилин.

Календула (Calendula officinalis) — див. *Нагідки лікарські.*

№ 69. Калина звичайна (Viburnum opulus); з лікувальною метою використовують її кору й ягоди.

Калина звичайна — кущова рослина або невелике деревце з родини жимолостевих. Росте по лісах і чагарниках помірної зони Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, а також на Кавказі, в Сибіру, по всій території Західної Європи, в Японії, Монголії та в помірній зоні Північної Америки.

Раніше для лікувальної мети з-за кордону виписували кору сливолистої калини, але тепер своя калина цілком замінює імпортну лікарську сировину.

Калина досягає 5 *м* заввишки. Листки у неї трилопатеві, гілки голі, суцвіття не густе, віночки білі. Плоди ягодоподібні, овальні, яскраво-червоні, з однією кісточкою. Запах слабкий, неприємний, смак у ягід і в кори гіркий і терпкий. Кора має зеленувато-сірий колір.

У науковій медицині застосовують рідкий екстракт, рідше відвар з кори калини, як кровоспинний (при маткових та інших внутрішніх кровотечах) і як протиспазматичний та заспокійливий засіб. Шкідливих і побічних явищ від вживання цих ліків не помічено.

У народній медицині простий відвар з кори калини вживають при внутрішніх і навіть при носових кровотечах. Як зміцнювальний і заспокійливий засіб, згущений відвар з калинової кори (замість готового екстракту)

жінки вживають при всіх труднощах вагітності й запобігають викидневі.

Цей засіб корисний також і для дітей від спазмів.

Дорослі п'ють відвар з калинової кори від мокротинної ядухи та від простуди. Крім того, при золотусі застосовують згущений відвар з калинової кори в суміші з відваром ромашки, зроблений, як мазь (у відношенні 1 : 4) проти шкірних хворобливих явищ золотухи.

Цим відваром також напувають, як чаєм, і купають у ньому дітей, хворих на золотуху.

Відвар або чай з калинових ягід вживають від кашлю.

Сирі ягоди, коли їх їсти, діють як проносний засіб; свіжим соком з них видаляють прищі на обличчі. Не парені, свіжі калинові ягоди, потовчені й змішані з медом і розведені водою, п'ють від простуди; парені ягоди з медом — смачний напій. Калинові ягоди з цукром, які почали вже бродити («грати») вживають від підвищеного кров'яного тиску.

Способи застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

Екстракт (є готовий в аптеках): 20,0; по 20—40 крапель, три рази на день.

Кам'яна трава (Panzeria lanata) — див. *Панцерія.*

№ 70. Капуста (біла й цвітна) — всім відомий кухонний овоч.

Науковій медицині відомо, що в капусті є розчинні у воді вітаміни (B_2, PP і C), але для лікувальної мети її зовсім не застосовують.

Для народної медицини капуста є дуже зручним, простим і таким, що майже завжди є напохваті, засобом при багатьох хворобливих явищах.

Найбільше капусту застосовують як зовнішній засіб при всяких зовнішніх запаленнях, опіках, забиттях та в інших подібних випадках. При забиттях вона має значення і як пом'якшувальний і болетамувальний засіб. Болетамувальна дія капусти виявляється, крім того, при головному болі та при простудних болях зубів і вух (прикладають свіжі листки на хворі місця), а пом'якшувальна — при затверділих ранах. Зміцнювальну дію капусти використовують при розпушуванні ясен (треба полоскати рот розсолом або жувати кислу капусту).

Кислу капусту або, правильніше, розсіл з неї вживають і всередину при геморої, особливо, якщо він з запором і сильною кровотечею, при диспепсії, простому запорі, хворобах печінки та в інших випадках внутрішніх захворювань, коли потрібне фізіологічне розм'якшення й заспокоєння.

Капуста не шкідлива, тому її можна вживати без точного дозування. Звичайні разові дози вживання розсолу (при запорі—теплого)—від півсклянки до двох склянок.

Капустка (Sedum acre) — див. *Очиток їдкий.*

№ 71. Квасоля звичайна (Phaseolus vulgaris); з лікувальною метою використовують її стручки.

Квасоля звичайна — всім відома однорічна трав'яниста городня рослина. Походить з Південної Америки. Має витке, рідше пряме стебло, з непарнопірчастими листками та з метеликовими квітками, білими й рябими. Плід — боби.

Для лікувальних потреб у народі застосовують стручки, які заготовляють, коли вони ще свіжі, не посохли на пні (такі стручки дають кращий лікувальний ефект).

Відвар висушених і порізаних стручків (без квасолі), приготовлений у кількості однієї столової ложки (16 *мл*) на дві або дві з половиною склянки окропу рекомендується в народній медицині вживати по півсклянки, 3—4 рази на день: при ревматизмі, як протизапальний та при водянці — як сечогінний засіб (особливо, якщо водянка виникла на грунті ниркових захворювань).

Квасоля корисна й при самих запаленнях нирок, але краще, якщо її вживати з приймочками кукурудзи (змішувати порівну) або з косами (волоссям) її чи ще з якими-небудь іншими, аналогічними за своєю дією на організм, засобами.

Особливо ж рекомендується поєднувати, для більшого ефекту, стручки квасолі з листям чорниці, насінням льону та з вівсяною соломою, як добрий засіб при цукровому діабеті. Крім всього цього, в народі відваром стручків квасолі разом з листям чорниці (порівну) лікують хворобу підшлункової залози.

Раніше застосовували порошок з стручків квасолі для присипання запалених місць шкіри, особливо у випадках бешихового запалення.

В гомеопатії виробляють есенцію з цілої рослини після дозрівання плодів.

Способи застосування. *Складний відвар* (від діабету): по дві частини стручків квасолі, листя чорниці й вівсяної соломи (дрібно порізаних) і одна частина лляного насіння; беруть три столові ложки цієї суміші на три склянки окропу, кип'ятять протягом 20 хвилин і п'ють відвар по три столові ложки, три рази на день.

Простий відвар: 15,0—200,0; по дві столові ложки, три рази на день.

Кислянка (Berberis vulgaris) — див. *Барбарис звичайний.*

Кінські копитця (Viola odorata) — див. *Фіалка запашна.*

Ключики (Primula officinalis) — див. *Первоцвіт лікарський.*

№ 72. Кмин звичайний (Carum carvi); з лікувальною метою використовують його насіння.

Кмин звичайний (мал. 40) — дворічна рослина з родини зонтичних. У дикому стані росте майже по всій території Радянського Союзу, в тому числі й на Україні — на луках, узліссях, лісових галявинах, по балках. Цю рослину також і вирощують — заради ефірної олії.

Стебло в цієї рослини пряме, гладеньке, порожнє, гіллясте, до 80 *см* заввишки. Листки трійчастоперісті, лінійно-ланцетовидні. Квітки білі, на довгих квітконіжках, у складних зонтиках, як у кропу. Плід — сплюснута двосім'янка коричневого кольору. Смак пряний, запах ароматичний. Цвіте кмин у червні — липні.

У науковій медицині зрідка застосовують олію з кминового насіння — так звану кминову олію.

У народі звичайний кмин застосовують у вигляді відварів і порошків, майже в усіх випадках, коли застосовують звичайний чебрець або кріп.

Крім своєї протигнильної (антисептичної), потогінної та сечогінної дії на організм, ця рослина виявляє ще вітрогінну й таку, що збуджує функціональну діяльність шлунка й кишок, дію, і тому її застосовують у народній лікувальній практиці в багатьох випадках нарівні зі звичайним чебрецем і кропом.

При в'ялому травленні для збудження функціональної діяльності шлунка й кишечника ліки з насіння кмину вживають як вітрогінний і освіжаючий засіб.

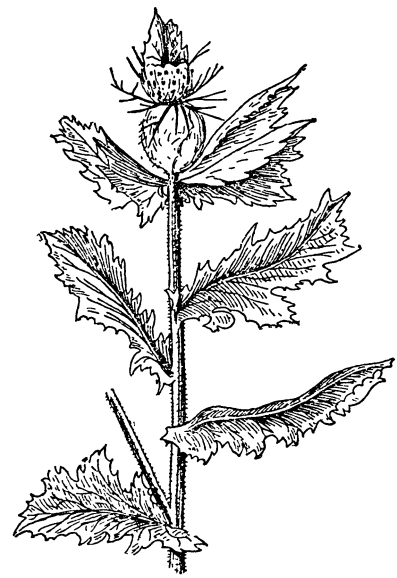
При дитячих хворобах, при здутті живота у дитини, беруть одну столову ложку цього насіння, варять у склянці окропу протягом 5—10 хвилин, підсолоджують цукром

і дають дитині пити по чайній ложечці, 5—6 раз на день.

Добре з цього відвару ставити й клізму (але, звичайно, без цукру).

При метеоризмі у дорослих краще, якщо насіння кмину (дві столові ложки) змішати з насінням кропу (з од-

Мал. 40. Кмин звичайний.



Мал. 41. Кнік бенедиктинський.

нією чайною ложечкою), додати в тій же мірі дрібно порізаного листя деревію і одну столову ложку вівса, заварити все це на двох склянках окропу, настояти протягом 10 хвилин і вживати по дві столові ложки, через кожні дві години.

Дуже своєрідний народний спосіб лікування насінням кмину при вушних хворобах. Беруть одну головку городньої цибулі, розрізають її надвоє, видулубують серединку в обох половинках, ці порожні місця в них заповнюють товченим насінням кмину, з'єднують обидві половинки, зв'язавши їх ниткою або тоненькою стьожкою. Начинену товченим кминовим насінням «цибулину-пиріжок» кладуть у бляшану посудину (скажімо, в консервну банку) і печуть. Спечену і ще гарячу цибулину разом з начинкою беруть під прес і видавлюють сік. Цим

ще теплим соком капають (по кілька крапель) у хворе вухо, кожного дня разів по два.

Звичайно, все це можна зробити простіше: змішати порізану цибулю й кмин разом і дати їм помліти на вогні в посудині. Результат виходить такий самий.

У жінок, які годують груддю, при болісному нариві на груді є звичай користуватися кмином: потовчене його насіння, змішане з порошком з перцевої м'яти, обварюють окропом, додають, скільки треба, житнього борошна, щоб вийшло тісто, і обкладають ним хвору частину груді у вільний від годування час. Таке лікування продовжують, поки не розсмокчеться нарив.

Хліб, якщо його спекти з кмином (так заведено у литовців і поляків) або сметана, якщо її протягом п'яти хвилин варити з кмином (одна столова ложка кминового насіння на склянку сметани) добре допомагають при недостачі молока у матері, яка годує груддю.

Це можна підтвердити й досвідом народної ветеринарії: коли худоба з пашею їсть і траву кмину, у неї завжди збільшується удій молока.

Як заспокійливий засіб, кминове насіння корисне при судомі, невралгії та хворобливих процесах у сечостатевих органах, але його вживають не як лікарський препарат, а як дієтичний засіб, додаючи його як приправу до супу (польський суп) або до якої-небудь іншої страви, до хліба і булочок, коли їх печуть.

Спосіб застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

№ 73. Кнік бенедиктинський, хрестовий корінь, будяк, вовчець кучерявий (Carduus або Cnicus benedictus); з лікувальною метою використовують його траву й насіння.

Кнік бенедиктинський (мал. 41) — однорічна рослина з родини складноцвітих. У дикому стані зустрічається в південній частині Європи та в західній частині Азії, а в Радянському Союзі — в Закавказзі й Середній Азії. Цю рослину включено до Державної фармакопеї СРСР, її вирощують у Полтавській і Харківській областях УРСР та в Курській області РРФСР.

Стебло у кніку бенедиктинського до 70 *см* заввишки, пряме, до верху розгалужене, павутинисто-повстисте, м'яке, соковите. Листки сірувато-зелені, пірчастонадрізані, з виїмчастими, колючозубчастими частками. Кнік бенедиктинський дуже схожий на чортополоха або синильника, бо такий за колючий, як і ці дві рослини. Квіткові кошики одиночні, трубчасті; гілки жовті. Вся рослина павутинисто-шерехата.

У науковій медицині застосовують траву кніку бенедиктинського, а в народі всередину, для апетиту (проти диспепсії) вживають його насіння, завдяки тому, що в ньому є гірка речовина.

У народній медицині цю рослину ще застосовують при хронічній хворобі печінки, розладах функціональної діяльності шлунка, при катарах дихальних шляхів та при переміжній пропасниці.

Входить кнік бенедиктинський і до складу суміші для боротьби з алкоголізмом. Застосовують цю рослину й при іпохондрії.

Способи застосування. *Відвар:* 15,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 25,0; по 20 крапель, три рази на день.

Суміш: настойки кніку бенедиктинського 35 крапель і 5 лаврових крапель (є в аптеках), по три рази на день. Строк лікування — 2—3 місяці.

Козлик (Valeriana officinalis) — див. *Валеріана лікарська.*

Колючі яблука (Datura stramonium) — див. *Дурман звичайний.*

№ 74. Конвалія звичайна, конвалія травнева, любка (Convallaria majalis); з лікувальною метою використовують її квітки й листя.

Конвалія — всім відома багаторічна квіткова рослина з родини лілійних. Поширена повсюди. Росте в лісах, у тінистих місцях, у заростях, здебільшого в долинах річок.

Це рослина з двома-трьома великими еліптичними листками, з білими дзвоникуватими невеликими квітками на голому стеблі, заввишки 15—30 *см*, з повзучим кореневищем і численними дрібненькими корінцями й пагінцями. Квітки у неї білі, запашні, зібрані в нещільну однобоку китицю на повислих квітконіжках (завдяки цьому квітка рятується від прямого проміння сонця та від дощу).

У народі збирають лише квітки конвалії, а для наукової медицини — також і листя цієї рослини. Зібрані квітки рекомендується сушити в тіні, але обов'язково, щоб там їх добре провітрювало, щоб вони не побуріли. Якщо ж треба, щоб ці квітки конвалії швидко висохли, їх можна сушити й на сонці, їм це не зашкодить.

Конвалія — **отруйна рослина**, тому ліки з неї треба обережно дозувати.

Наукова медицина уже давно (ще в 1881 р.) визнала конвалію добрим засобом при всіх серцевих і навіть нер-

вових недомаганнях, а також і при пороці серця. В аптеках є й настойка і сухий екстракт з цієї рослини, а для ін'єкцій або введень у вену — конвалізид і корглікон.

У народній медицині квітки конвалії застосовують ширше. Всередину відвар або настойку з них вживають як сечогінний і такий, що збільшує діурез (сечовиділення), засіб при різних хворобах сечостатевих органів, а при водянці — як очисний засіб. Ці ліки допомагають при базедовій хворобі та епілепсії, а як заспокійливий засіб — при різних нервових станах, потрясінні, безсонні та в інших подібних випадках, правда, більше в поєднанні з собачою кропивою (її треба в два рази менше) та з валеріаною і глодом (порівну).

Зовнішньо відвар або розведену у відношенні 1 : 10 настойку з квіток конвалії застосовують при хворобі очей як примочку.

Способи застосування. *Відвар:* 15,0—200,0; по дві чайні ложечки, три рази на день.

Настойка: 15,0; по 15 крапель, два—три рази на день.

№ 75. Коноплі посівні (Cannabis sativa); з лікувальною метою використовують сім'я, цвіт і листя.

Коноплі посівні, або звичайні — однорічна рослина з родини шовковицевих. Їх широко вирощують у Радянському Союзі, в тому числі вони поширені й на Україні як текстильна й олійна рослина. Зустрічаються і в дикому або здичавілому стані повсюди. Коноплі всі добре знають, тому нема потреби наводити тут докладний ботанічний опис їх.

У плодах конопель — сім'ї — багато жирної олії та обволікаючої речовини, тому ліки з конопляного сім'я використовують у народній медицині. Коноплі включено до VIII видання Державної фармакопеї СРСР.

В гомеопатії вживають есенцію з свіжих верхівок стебел (з квітками й листочками).

В тібетській медицині використовують сім'я конопель.

У народній медицині конопляне сім'я застосовують досить широко й різноманітно, зрідка використовують також і полову.

Зовнішньо і сім'я й полову (іноді) застосовують у вигляді припарки, яка є пом'якшувальним і болетамувальним засобом при грудниці — жіночій хворобі (застосовують олію з крохмалем як мазь), при хворобах очей (кладуть примочку з відвару або настойки, розведеної

у відношенні 1 : 10), при хронічному ревматизмі (роблять компрес з сім'я або полови), при опіках і наривах (кладуть примочку з олії або м'ятого сім'я).

Всередину конопляне сім'я вживають як очисний і зміцнювальний засіб при водянці (у вигляді відвару або настойки), при золотусі, геморої, при хворобах сечівника (вживають так зване сім'яне молоко). Конопляне сім'я вживають також і як сечогінний засіб, особливо корисний (також у вигляді сім'яного молока) при затримці сечі (у дітей), і, нарешті, при туберкульозі легень (вживають у вигляді настойки).

Мазь із конопляної олії з крейдою в народі застосовують від мозолів.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; по одній—дві столові ложки, три рази на день.

Настойка: 25,0; по 20 крапель, три рази на день.

Молоко з конопляного сім'я роблять так: сім'я труть у череп'яній посудині (або товчуть його у чому-небудь) і до цього розтертого сім'я поступово додають води — виходить біла, схожа на молоко, рідина.

Мазь із конопляної олії з крейдою або крохмалем роблять такою густою, як треба.

№ 76. Конюшина червона, або лучна, головак (Trifolium pratense); з лікувальною метою використовують квітки цієї рослини.

Конюшина червона — всім відома рослина, яку вирощують, як кормову траву. Це багаторічна рослина з родини бобових. Вона часто зустрічається і в дикому стані і мало чим відрізняється від культурного виду. Обидві рослини в медичному відношенні рівноцінні.

Відмітною особливістю конюшини є те, що листки у неї трійчасті, рідко з 5—9 листочками, довгасто-овальні, на верху довгого й тонкого стебельця, на ніч складаються докупи, а квітки мають вигляд великих червоних кулястих головок з листовидними обгортками під ними.

Хоч хімічні властивості конюшини й мало вивчено, та все ж у свіжих квітучих рослинах виявлено вітамін С.

Відвар з висушених суцвіть конюшини вживають у народній медицині при легеневих захворюваннях, гарячці та простуді взагалі, при хронічному ревматизмі, при недокрів'ї та занепаді живлення. Почасти ці ліки вживають як сечогінний засіб, а зовнішньо застосовують як припарку, від наривів та опіків.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; або як чай; по 2—3 столові ложки, або по півсклянки, три рази на день.

№ 77. Копитняк європейський, копитень, підгорішник (Asarum europaeum); з лікувальною метою використовують корінь, а іноді й листя цієї рослини.

Мал. 42. Копитняк європейський.

Копитняк європейський (мал. 42) — багаторічна рослина з родини хвилівникових. Поширений майже по всій Україні. Росте в тінистих листяних, рідше у хвойних лісах, найчастіше під кущами ліщини.

У цієї рослини повзуче кореневище й чергові, цілокраї, нирковидні й округлі, дуже схожі на кінське копито (звідси й така назва рослини) листки на довгих черешках. Вся рослина покрита коротенькими волосками, тому вона пухнаста, з трьома низовими лускатими листками й звичайно з двома нирковидно-серцевидними довгочерешковими зимуючими темно-зеленими листками. Квітки одиночні, на короткій пониклій ніжці, оцвітина ззовні бурувата, всередині — темно-червона, бура, з трьома яйцевидними, всередині загнутими, загостреними частками; тичинок дванадцять. Плід — коробочка. Цвіте рослина в квітні.

Листя цієї рослини збирають під час цвітіння, а корені з кореневищем — рано навесні.

Смак всієї рослини гіркий, запах гострий, неприємний (особливо, якщо розтерти яку-небудь її частину), специфічний, досить сильний, трохи схожий на запах валеріани. Кореневище рослини трохи отруйне, так що його треба досить сурово дозувати і обережно вживати.

Як відомо з народного досвіду, копитняк має такі фармакологічні достоїнства: він є сечогінним і таким, що регулює функціональну діяльність шлунка та місячні, засобом, а також протизапальним, почасти серцевим, відхаркувальним, антиалкогольним і блювотним засобом.

У науковій медицині копитняк раніше застосовували, та й то лише як блювотний засіб, а тепер його залишили.

У народній медицині ця рослина й тепер у пошані. Порошок з кореня копитняка жінки вживають для регулювання місячних (і виділень, коли вони мізерні), для чого роблять так: беруть цього порошку на кінчик скла-

даного ножика, або, точніше, 0,2—0,5 *г* і всипають у чарку молока; вживають раз на день, натщесерце.

Відвар на воді або на козячому молоці кореня копитняка часто вживають також при мізерних місячних, для поліпшення травлення (при диспепсії), при гастритах і ентеритах, при хворобах печінки та від жовтяниці.

Для боротьби з жовтяницею краще змішувати копитняк з пісковим цмином порівну (взяти одну столову ложку суміші на склянку окропу, вживати по одній столовій ложці, три рази на день).

Відвар копитняка вживають і при серцевих хворобах, як заспокійливий засіб, а особливо корисно давати його дітям, коли їх судомить, або коли треба позбавити їх наслідків переляку (відвар: пів чайної ложечки на склянку молока, вживати по пів чайної ложечки, раз на день).

Корисно також вживати копитняк і від глистів (у порошку, по 0,2—0,5 *г*), а також від гарячки. Одна столова ложка відвару копитняка, змішана з склянкою горілки, може змусити алкоголіка відвернутися з огидою від спиртових напоїв, тому що вживання відвару з горілкою спричинює блювання, але вдалого наслідку можна досягти лише за умови, якщо це буде приховано від самого алкоголіка.

Щоб приготувати ліки, які вживають як відхаркувальний засіб при бронхіті, рекомендують змішувати копитняк з листям розхідника й травою нетреби звичайної (див. нижче, за алфавітом).

Зовнішньо відвар кореня копитняка застосовують як примочку від головного болю; листя в свіжому вигляді й потовчене — від наривів; відвар листя — також як примочку при хворобах очей; настойкою на оцті його трави натирають місця, уражені коростою.

Порошком копитняка можна спричинити (коли це необхідно) блювання, якщо його вжити всередину (не більш як 5 *г*), або чхання, якщо його нюхати.

Способи застосування. *Відвар кореня:* 2,0—200,0, або пів чайної ложечки на склянку окропу; вживати по одній столовій ложці, три—чотири рази на день.

Відвар листя: 1,0—100,0, або п'ята частина чайної ложечки на склянку.

Суміш: корінь копитняка, листя розхідника й трави нетреби змішати і три столові ложки такої суміші зава-

рити на три склянки окропу; пити по півсклянки, 5—6 раз на день.

Надають перевагу настойці (20,0; по 20 крапель).

Коровай (Tanacetum vulgare) — див. *Пижмо звичайне.*

Коровки (Datura stramonium) — див. *Дурман звичайний.*

Коров'як скипетровидний (Verbascum thapsiforme) — див. *Дивина скипетровидна.*

№ 78. Коронарія зозуляча, зозулин цвіт, бузьків вогонь, смілка (Coronaria flos cuculi або Lychnis flos cuculi); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Це багаторічна трав'яниста рослина (мал. 43) з родини гвоздикових. Зустрічається на вологих луках, по окраїнах боліт, на лісових галявинах, а також у посівах конюшини та в інших подібних місцях у Європейській частині Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, окрім південних степових районів, на Північному Кавказі та в Сибіру.

Стебло в цієї рослини пряме, у верхній частині гіллясте, заввишки до 90 *см,* шорстке, через те що вкрите спрямованими донизу короткими волосками. Листки супротивні; нижні довгасто-лапчастовидні, звужені в черешках; верхні — ланцетовидні, трохи шорсткі, гострі.

Суцвіття в зозулячої коронарії волотисте, з супротивними гілками. Квітконіжки короткі, а іноді довші за чашечку. Чашечка дзвоникувата, з червонувато-коричненими смужками й трикутними загостреними зубцями. Віночок рожевий, рідше білий, з пелюстками, глибоко розділеними на чотири частки. Квіточки зібрані в рідку пірамідальну волоть. Плід — довгаста одногнізда коробочка, яка відкривається п'ятьма зубцями; насіння нирковидне, чорнувате або темно-коричневе.

Цвіте рослина в червні — липні.

На основі народного досвіду помічено особливу дію зозулячої коронарії на організм людини, на нервово-м'язовий апарат якого-небудь внутрішнього органа взагалі, а матки зокрема (подібно до дії ріжків). Ліки з цієї рослини є також і кровоспинним засобом.

Лікарське застосування зозулячої коронарії дуже обмежене, галеновий препарат з неї флоксулен уже вийшов з ужитку, але в народній медицині цю рослину застосовують досить широко й різноманітно.

Всередину ліки з цієї рослини вживають при тривалій жовтяниці, хронічному бронхіті (як відхаркувальний засіб) і в той же час як потогінний та протиревматичний засіб, а в основному,— як скоротливий засіб, при матко-

вій кровотечі, болісних менструаціях та при інших кровотечах.

Зовнішньо ліки з зозулячої коронарії застосовують для обмивання ран, для компресів при наривах, корості, плямах на шкірі та при інших шкірних хворобах.

Мал. 43. Коронарія зозуляча.

Мал. 44. Котячі лапки.

Способи застосування. *Відвар* (для внутрішнього вживання): 20,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

Зовнішній засіб: відвар 10,0—200,0.

Настойка: 25,0; по 20—40 крапель, три рази на день.

Примітка. Оскільки зозулячу коронарію часто сплутують з липкою смолянкою, яка також корисна, але за лікувальними властивостями де в чому відрізняється від зозулячої коронарії, то, щоб не помилитися при заготівлі, треба проглянути ботанічне визначення й липкої смолянки (див. за алфавітом).

Косарики (Consolida arvensis) — див. *Сокирки польові.*

Котяча трава (Valeriana officinalis) — див. *Валеріана лікарська.*

№ 79. Котячі лапки білі, котячка, нечуй-вітер, нечуївка, цмин білий та інші назви (Antennaria dioica);

з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Котячі лапки білі (мал. 44) — окремий вид цмину (білий цмин)— багаторічна трав'яниста рослина з родини складноцвітих. Росте ця рослина по сухих луках, у соснових борах та по пустирях — майже по всій території Радянського Союзу, поширена, зокрема, й на Україні, а також на Кавказі, на Уралі та в Сибіру.

У котячих лапок білих просте стебло до 25 *см* заввишки. Прикореневі листки ложковидні, зібрані в розетку, листочки — обгортки при квітках. Квітки зібрані на верхівці, за кольором вони білі, блідо-рожеві, іноді фіолетово-рожеві. Цвіте рослина з травня до кінця червня.

Оскільки ця рослина ще називається білим цмином, то не треба плутати її з іншою рослиною — жовтим або пісковим, цмином, у якого квітки, або, правильніше, обгортки квіток, яскраво жовті, а у котячих лапок вони зовсім білі.

Хімічні властивості цієї рослини ще не вивчено, і в науковій медицині її не застосовують, проте при фармакологічних дослідженнях (Варлаковим у 1941 р.) виявилося, що, за своєю властивістю надавати крові здатності зсідатися й спиняти кровотечу, котячі лапки білі переважають адреналін (гормон тварин), який недовго зберігається, та хлористий кальцій.

5%-ний (а іноді й густіший) настій трави цієї рослини, коли його вживати всередину, добре допомагає при всяких кровотечах: ранових, маткових, легеневих (кровохаркання), шлункових, кишкових, зубних, носових і гемороїдальних. Не дарма в народі цю траву називають «від сорока недуг», і Варлаков рекомендує замінювати нею спеціальні препарати.

У народній медицині відвар або порошок з трави цієї рослини має широке застосування, особливо при післяродових кровотечах або надмірних місячних, а також при тривалому блюванні. При гемороїдальних кровотечах для кращого й швидшого результату вдаються й до зовнішнього застосування відвару цієї трави у вигляді примочок, клізм або тампонів.

Помічено також, що ця рослина має й жовчогінну силу, таку, яку має пісковий цмин, і тому цієї рослини іноді й додають до піскового цмину.

Оскільки готових препаратів з цієї рослини в аптеках немає, то доводиться користуватися лише народними способами виготовлення й застосування ліків з неї.

Способи застосування. *Відвари:* 1) для внутрішнього вживання при шлункових і кишкових кро-

вовиливах: 0,5 або 1,0, а іноді й 2,0 на 200,0; вживати по одній столовій ложці через кожну годину або півтори години, поки не перестане йти кров;

2) при кровохарканні та маткових кровотечах: 10,0 або 20,0 на 200,0; доза й строки вживання ті самі, що й для першого відвару.

Для тампонів, клізми й примочки застосовують перший відвар.

Порошки з цієї рослини вживають у дозі по 1—3 *г* (беруть на кінчик складаного ножика), так само через кожну годину, поки не перестане йти кров.

Котячі лапки жовті (Helichrysum arenarium) — див. *Цмин пісковий.*

№ 80. Кохлеарія, цинготна трава, морська салата (Cochlearia arctica); з лікувальною метою використовують її траву.

Кохлеарія (мал. 45) — дворічна рослина, поширена в Північній Європі та в Північній Америці, її вирощують подекуди і в Радянському Союзі (в Сибіру, на Далекому Сході).

На перший рік життя у неї розвиваються розетки прикоренев их листків, листки з довгими черешками, майже округлі, цілокраї; навесні наступного року виростає квітконосне стебло заввишки 15—40 *см.* Стеблові листки чергові, округлі, як і прикореневі, або злегка виїмчасто-зубчасті, яйцевидні, сидячі або майже обіймають стебло. Квітки білі, зібрані в китицю, а також і поширені по стеблу. Пелюстки вдвоє довші за чашолистки. Плоди — округло-яйцевидні стручки з довгим червоно-бурим насінням.

Люди знають кохлеарію, як рослину, препарати з якої є в'яжучими, кровоочисними, сечогінними, протицинготними й освіжаючими засобами.

У народній медицині (і тільки в народній) препарати з кохлеарії застосовують як старі, добре випробувані протицинготні засоби (в рослині є вітамін С), які вживають всередину й застосовують зовнішньо (для полоскання). Ці препарати вживають також від ревматизму, водянки, від білей (у жінок), від поганого запаху з рота (для полоскання), а також як сечогінний засіб (з медом).

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: на спирті — 25,0; по 20 крапель, а також на горілці — 8 частин трави на 6 частин горілки, настоювати протягом 8 днів; вживати в тій самій дозі.

Для полоскання: відвар або настойка, розведена у відношенні 1 : 10.

Сік з листя рослин другого року зростання вживають всередину як протицинготний засіб; доза: по 20 крапель, три рази на день.

Мал. 45. Кохлеарія.

Красавка (Atropa belladonna) — див. *Беладонна лікарська.*

№ 81. Красоля, красулі, жерявка більша, настурки, настурція (Tropaeolum majus); з лікувальною метою використовують квітки, листя й плоди цієї рослини.

Красоля — однорічна рослина з родини красолевих. Її вирощують у нас як декоративну рослину.

Вся рослина гола. Стебло у неї гіллясте, трохи витке, до 2 *м* заввишки, а в низької різновидності — до 30 *см*. Листки чергові, з довгими черешками й щитовидними пластинками. Квітки за формою неправильні, оранжевого кольору, з криваво-червоними смужками; чашечка забарвлена в червонуватий колір, п'ятироздільна, зі шпорою біля основи, з п'ятьма пелюстками. Плід розпадається на три однонасінні ділянки, що мають трохи м'ясистий і зморшкуватий оплодень.

Незрілі плоди красолі мають гострувати смак, схожий на смак каперсів (тобто квіткових бруньок з капарсового куща), які йдуть на приправу до їжі й які вживають у свіжому й маринованому вигляді в їжу.

Крім своїх смакових цінностей, незрілі плоди красолі мають ще й протицинготні властивості й так само, як і її листки, містять у собі багато вітаміну С (аскорбінової кислоти).

У медицині з лікувальною метою красолю не застосовують, але в народі траву й квітки її (сік або відвар з них) часто вживають від цинги (в суміші з подібними за дією травами) та від каменів у сечовому міхурі. Квітки красолі у відварі з медом корисні для полоскання рота при дитячій хворобі — пліснявці.

Способи застосування. *Простий відвар:* 20,0—200,0; по 2—3 столові ложки, чотири рази на день.

Складний відвар (від цинги): сік красолі, змішаний з соком щавлю, бобівника й кульбаби порівну, 20 *г* на 200 *мл* молочної сироватки для відварювання. Вживати по 2—6 столових ложок, 1—3 рази на день.

Кривавник (Achillea millefolium) — див. *Деревій звичайний.*

Кривавник (Hypericum perforatum) — див. *Звіробій звичайний.*

№ 82. Кріп запашний (Anethum graveolens), кріп волоський, або фенхель аптечний (Foeniculum vulgare); з лікувальною метою використовують насіння.

Кріп запашний — всім відома городня однорічна овочева рослина з пряним запахом.

Кріп волоський, або фенхель — багаторічна рослина, яку в нас вирощують лише в Криму, а в дикому стані вона росте не тільки в Криму, але й на Кавказі. Вирощують фенхель більше у Франції та Саксонії.

За зовнішнім виглядом ці дві рослини дуже схожі одна на одну, але запах у фенхелю більше схожий на запах анісу.

Хімічні властивості обох видів кропу ще не достатньо вивчено, але фармакологічні особливості їх відомі: вони майже однакові.

У науковій медицині кріп мало застосовують, хоч один із згаданих видів і названо аптечним.

У народній медицині кріп набув досить широкого застосування. Хоч усі випадки народного лікувального застосування кропу й не дуже ефективні, але як збуджуючий, зміцнювальний, відхаркувальний (фенхель особливо) і такий, що оздоровлює весь організм (бо містить у собі вітамін С) та поліпшує обмін речовин, засіб, він все ж цінний і до того ж дуже зручний як проста побутова річ, яка завжди є у кожного напохваті.

Ліки з кропу корисні при засміченні шлунка зі спазмами (особливо у дітей), при вітрах, запорі (ліки з кропу, поєднаного з іншими рослинами) та при хронічному проносі. Як збуджуючий, зміцнювальний і почасти відхаркувальний засіб, ліки з кропового насіння застосовують при туберкульозі легень і рахіті; крім того, при затримці сечі (складні ліки з кропу та інших рослин), при піску в нирках, від болю (як болетамувальний засіб), а також від всякої судоми (у дітей), при недостачі молока у породіль (перед самим годуванням дитини). Це все випадки внутрішнього вживання ліків з кропового насіння.

Як зовнішній засіб, ліки з кропу застосовують при затвердінні залоз, при хворобах очей, при гнійних і так званих золотушних зовнішніх хворобливих процесах (роблять примочки) і навіть як антипаразитний засіб (від вошей) у вигляді мазі на свинячому салі.

Способи застосування. *Відвар:* одна чайна ложечка товченого кропового насіння на склянку окропу, настоювати протягом 20 хвилин; вживати по дві столові ложки, або по чверті склянки, 3—4 рази на день.

Порошок (з цукром, на смак): по пів або по повній чайній ложечці, три рази на день, запиваючи водою.

Олія фенхелева (або саморобна) — настій насіння простого кропу на соняшниковій олії: 2—3 краплі на цукор (смоктати), три рази на день.

Суміш 1-ша (вживати при запорі): кропового насіння—дві частини, ялівцевих ягід — також дві частини; потовкти це й змішати з однією частиною порошку з сухого листя алое. Беруть чайну ложечку цієї суміші на склянку окропу і вживають по одній столовій ложці, три рази на день. Ці ліки добре регулюють функціональну діяльність шлунка.

Суміш 2-га (вживати при затримці сечі): меленого кропового насіння — дві столові ложки, кореня бузини в порошку — три ложки, верблюжої трави в порошку — одна ложка, алое в порошку — також одна ложка. Беруть одну столову ложку цієї суміші на склянку окропу; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Крокіс (Calendula officinalis) — див. *Нагідки лікарські.*

№ 83. Кропива дводомна, кропива велика, кропива жалка (Urtica dioica); з лікувальною метою використовують траву, а іноді коріння й насіння цієї рослини.

Кропива дводомна — багаторічна рослина з родини кропивових. Росте на сухих і вологих затінених місцях, по пустирях, поблизу житла, в лісах, при болотах (заростями), особливо в гірській, лісовій і лісостеповій зонах, і, як бур'ян, зустрічається майже всюди в помірній зоні Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, а також у Малій Азії та в Ірані.

Стебло у кропиви дводомної пряме, високе (до 150 *см*), здебільшого просте, з жалкими волосками на ньому і на листях. Листки супротивні, з прилистками, довгасті, біля основи серцевидні, великопилчасті. Суцвіття довгі, у верхніх пазухах корінців листків. Квітки дрібні, зелені.

Є кілька видів жалкої кропиви: дводомна, власне жалка (по-латині urens), вузьколиста й конопляна. Майже всі вони містять у собі мурашину кислоту (жалку) й дубильні речовини, а в листках протягом останнього часу відкрито вітаміни А, С і К, за що жалку кропиву віднесено до багатовітамінних рослин.

Три види жалкої кропиви: дводомна, власне жалка і вузьколиста мають однакове медичне застосування, проте в гомеопатії есенцію виробляють лише з свіжої жалкої кропиви. Саме тим, що в жалких волосках цієї кропиви є мурашина кислота, і пояснюється великий ефект при лікуванні ревматизму, що починається, свіжою травою жалкої кропиви, коли нею жалять хворі частини тіла, тобто завдають нею опіків на хворі частини тіла.

Дводомну кропиву, хоч її й не введено до Державної фармакопеї СРСР, цілком визнала наукова медицина як добрий кровоспинний і як регулювальний засіб при хворобливих станах жіночих статевих органів. Встановлено, що вона може цілком замінювати препарати з ріжків без шкідливих побічних явищ, і тому й не дивно, що дозволений Фармакологічним комітетом Ученої медичної Ради Народного комісаріату охорони здоров'я СРСР у 1944 р. до випуску рідкий екстракт кропиви в 1951—1952 роках було запропоновано Центральним аптечним науково-дослідним інститутом для практики. До речі, зараз його

нема в аптеках. Так ставиться до кропиви наукова медицина.

У народній медицині жалка дводомна кропива має дуже широке застосування не тільки як кровоспинний засіб при маткових, гемороїдальних, легеневих, ниркових, шлунково-кишкових і носових кровотечах, але також і як сечогінний, протизапальний і такий, що регулює функціональну діяльність шлунка й зміцнює його, засіб (при диспепсії, засміченні та проносі). Крім того, з народної практики помічено, що жалка кропива має й кровоочисну дію, наприклад, при водянці й золотусі.

Допомагає ця рослина, як відхаркувальний засіб, і при різних легеневих хворобах (при хронічному кашлі), а як кровоспинний засіб — при кровохарканні; корисна вона й при гарячці і навіть при малярії. В останньому випадку треба робити настойку з неї в поєднанні з часником: узяти дві частини коріння жалкої кропиви, поєднати з однією частиною часнику й залити 20 частинами горілки (інакше кажучи, взяти одну столову ложку коріння кропиви й півложки часнику на півлітра горілки); настоювати протягом 6—8 днів і пити по одній столовій ложці, три рази на день.

Цією самою настойкою треба натирати тіло.

Часто ліки з коріння крапиви діють сильніше, ніж ліки з листя, маючи, очевидно, ті самі цілющі властивості, але тільки в більшій мірі.

Бажано, щоб цілющі властивості коріння кропиви було вивчено в науковій медицині.

Для відновлення порушеного обміну речовин в організмі (при чиряках, висипах і сверблячці в тілі) рекомендується, також за народним досвідом, вживати всередину відвар листя кропиви або екстракт. Якщо при цьому зменшується сечовиділення й виникає запор, то треба додавати в рівній кількості листя кульбаби й квіток терну: дві столові ложки цієї суміші заварити на двох склянках окропу, парити в духовці протягом 2—3 годин і пити по півсклянки, три рази на день.

При сильних гемороїдальних болях готують суміш з листя кропиви і позаминулорічної кори жостеру: беруть того й другого по 8 *г* на літр окропу, тримають на вогні протягом 10—15 хвилин; вживають по одній склянці, 4 рази на день.

Вживають відвар кропиви і як засіб, що регулює

функціональну діяльність шлунка, та від дизентерії. В таких випадках до кропиви додають ожини (листя з стеблами) в рівній кількості і заварюють одну чайну ложечку суміші на півсклянки окропу; вживають по півсклянки, три рази на день. Краще, якщо після заварювання настій трохи попарити в духовці.

Свіжий сік листя кропиви дає кращий ефект і ним можна замінювати відвар в усіх вищезазначених випадках у дозі, рівній дозі екстракту або настойки.

Коріння й насіння кропиви вживають від глистів.

У народі давно помітили, що кропива корисна також і як продукт харчування, не дарма ж з молодої кропиви охоче варять борщ.

Способи застосування. *Відвар листя кропиви:* 15,0—200,0 вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Відвар коріння й насіння (від глистів): 15,0—200,0; по 2—3 столові ложки за один раз.

Екстракт рідкий: 30,0; або відвар, згущений до половини; екстракту по 25—30 крапель, відвару — по одній чайній ложечці, три рази на день.

Свіжий сік, який замінює екстракт; вживати також по одній чайній ложечці, три рази на день.

№ 84. Крохмаль картопляний — чистий порошок, без запаху й смаку, що його вживають у побуті як харчовий продукт, а в медицині застосовують як присипку або як складову частину мазей для нерухомих пов'язок у хірургії та для клізм.

У народній медицині крохмаль застосовують як присипку при опіках, коли потіють ноги, при запрілості або виразках (у дітей), як сухий компрес при бешисі (крохмаль у ваті). Крім того, він входить до складу мазі для лікування грудниці (маститу), коли його поєднують з конопляною (сім'яною) або соняшниковою олією.

№ 85. Крушина ламка, вовчі ягідки (Frangula alnus або Rhamnus frangula); з лікувальною метою використовують кору, іноді ягоди цієї рóслини.

Крушина ламка — всім відома кущова рослина з родини жостерових. Поширена майже по всій території Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні. Росте по окраїнах листяних лісів, між чагарниками, дуже часто разом з вільхою.

Ця рослина досягає заввишки від 2 до 3 *м.* Стовбур і гілки в неї гладенькі, не мають колючок (на відміну від жостеру проносного),

покриті білими плямками (сочевичками). На молодих гілках ламкої крушини кора блискуча, червоно-бура; на старих — матово-сіра або бурувато-сіра. Листки сидять на черешках, чергові, іноді попарно зближені, овальні, загострені, блискучі.

Квітки в ламкої крушини п'ятичленні, зеленуваті, дрібні, сидять на квітконіжках у пазухах листків. Плоди — кулясті, м'ясисті, спочатку червоні, а потім — чорні блискучі костянки (їх неправильно називають ягодами), з двома кісточками.

Кору ламкої крушини заготовляють рано навесні, в березні—квітні, з молодих стовбурів і товстих гілок. Здавна її застосовують у медицині як добрий проносний засіб, що мало подразнює кишечник. Її прийнято до Державної фармакопеї СРСР, в аптеках є виготовлений з неї рідкий і сухий екстракти, а раніше був і особливий галенівський препарат франгулен.

У народній медицині вживають відвар або настойку кори ламкої крушини (з дворічним попереднім витримуванням її) від запору, а від проносу, недокрів'я, водянки й надмірних місячних кровотеч — ягоди цієї рослини, також дво- і трирічного збору, щоб не спричинити надмірного подразнення шлунка. Ягоди вживають більше у вигляді порошку і в малих дозах.

Всередину відвар кори ламкої крушини вживають, крім того, при збільшенні печінки, при геморої та гарячці; зовнішньо — від корости у дітей (відваром миють їм усе тіло).

Що кора ламкої крушини допомагає від корости, може підтвердити ще й те, що і в народній ветеринарії цей лікарський засіб застосовують у подібних випадках.

Способи застосування. *Відвар кори:* 20,0 на 200,0, а іноді на 500,0; кип'ятити протягом 30 хвилин; вживати по одній чайній ложечці (іноді по столовій ложці), за індивідуальним показанням.

Настойка кори: 30,0; по 25 крапель, три рази на день.

Ягоди: порошок з трирічних ягід, у дозі від 0,2 до 0,5 *г*, або скільки вміститься на кінчику складаного ножика, три рази на день.

Примітка. Кору ламкої крушини треба вважати не спеціальним проносним засобом, а засобом, який регулює функціональну діяльність шлунка.

№ 86. Кукурудза, маїс (Zea mays); з лікувальною метою використовують приймочки, або стовпчики жіночі з косами (волоссям).

Кукурудза — висока однорічна рослина (0,5—3 *м* заввишки) з родини злакових, з широкими листками. Походить з Центральної і Південної Америки. Її вирощують на мільйонах гектарів у Радянському Союзі, як добру злакову й кормову рослину. Цю сільськогосподарську рослину всі добре знають, тому нема потреби наводити тут докладний ботанічний опис її.

У науковій медицині використовують приймочки (стовпчики) кукурудзи, а в народі — коси (волосся) її. Щоб не помилятися при заготівлі, треба виразно уявляти, що приймочки, або стовпчики,— це жіночі квітки на качанах (потрібні для лікування), і їх не слід сплутувати з чоловічими квітками, що вгорі рослини, на волоті; коси (волосся) містяться під обгортками качанів.

Приймочки кукурудзи збирають звичайно в червні—липні (коси на цілком дозрілих качанах), сушать у тіні, зберігають цілими або дрібнопорізаними, а іноді перетирають на порошок.

Екстракт з сухих приймочок кукурудзи в науковій медицині має широке застосування. Це кровоспинний, сечогінний, заспокійливий і протизапальний (при запаленні жовчного або сечового міхура) засіб. Ці ліки розчинюють камені (в нирках або сечовому міхурі), а також є очисним, зміцнювальним і жовчогінним засобом.

У народній медицині застосовують відвар самих лише кукурудзяних кіс (волосся) у багатьох подібних випадках, а особливо при жовтяниці й хворобі печінки, при жовчнокам'яній хворобі, а також при всіх жіночих хворобах як кровоспинний, регулюючий і заспокійливий засіб. Як заспокійливий і сечогінний засіб, цей відвар усуває серцеві набряки.

Кукурудзяні приймочки або коси (волосся) треба зберігати в сухому місці, щоб зберегти їхні цілющі властивості.

Способи застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; по одній столовій ложці, через три години.

Екстракт: 20,0; по 30—40 крапель, 2—3 рази на день, перед їдою.

№ 87. Кульбаба лікарська, або звичайна, бабакуля (Taraxacum officinale або Taraxacum vulgare); з лікувальною метою використовують її коріння й траву.

Кульбаба — багаторічна рослина з родини складноцвітих. На Україні дуже поширена. Росте на луках і полях, у гаях, поблизу доріг і житла як усім відомий бур'ян.

Корінь у кульбаби товстий (з палець), прямовисний, переходить у коротке, іноді гіллясте кореневище; має гіркуватий смак. Листки, що йдуть від основи кореня, численні, ланцетні, звужені до основи, пірчасті, виїмчастороздільні, неправильно зубчасті, з червонуватою, іноді знизу волохатою головною жилкою.

Квіткова стрілка (цибок) у кульбаби частіше буває одиночна, пряма, порожня, трубчаста, несе один великий (2 *см* у діаметрі) квітковий кошик. Листки, верхня частина квіткової стрілки та основа обгортки трохи павутинисті. Язичкові квітки яскраво-жовті. При дозріванні кошик цих малих язичкових квіток утворює кулясту групу («кулю») з насіння (звідки й ботанічна назва рослини). Це насіння легко розлітається, як тільки подме вітер.

Всі частини цієї рослини містять у собі молочний сік.

Кульбаба містить у собі гірку речовину тараксацин, інулін, сапонін, слиз та багато вітамінів А і С, тому не дивно, що ця рослина має дуже широке лікувальне застосування, особливо в народній медицині.

У науковій медицині використовують лише коріння кульбаби, та й то лише заради шлункової гіркоти (для апетиту), при запорах і як жовчогінний засіб, а з порошку цієї рослини (з густого екстракту) виготовляють пілюлі.

У народній медицині використовують і коріння й листя кульбаби. Весною заради вітамінів вживають свіже молоде листя кульбаби у вигляді салату, але найчастіше вживають препарати з її коріння: для апетиту й збудження травлення, при всяких хворобах шлунка й кишок (при катарах), як засіб, що спиняє біль у животі, навіть при родах. Крім того, це добрий засіб (за народним досвідом) при хронічному запорі (треба вживати відвар кореня всередину).

При легеневих хворобах ліки з кульбаби вживають як найкращий відхаркувальний засіб, що розм'якшує й видаляє мокротиння, вони корисні також при кам'яній хворобі як сечогінний засіб.

Як жовчогінний засіб, препарати з кульбаби застосовують при хворобах печінки, при жовтяниці; корисні ці ліки також і як кровоочисний засіб.

Особливо ж славиться кульбаба як засіб, що регулює обмін речовин в організмі, при масових шкірних хворобах: висипах, чиряках, прищах і т. д. і навіть при фурункульозі.

При боротьбі з екземою корінь кульбаби поєднують з коренем лопуху порівну (по 20 *г* на дві склянки окропу); вживати по півсклянки.

Корисні ліки з кульбаби й при геморої.

Це ми перелічили випадки внутрішнього вживання препаратів з кульбаби.

Зовнішньо, як примочку, ліки з кульбаби застосовують при хворобі очей. Ця практика дуже давня, з часів середньовіччя.

Крім того, що кульбаба має лікарські властивості, люди відмітили в ній також і дієтичні й смакові якості. Недарма в деяких місцевостях її листя вживали в їжу, як салат, а в Курській області порошок з її коріння домішують для смаку й пом'якшення до злакової кави. Останнє перевірив і неодноразово використовував і сам автор.

Способи застосування. *Відвар кореня:* 20,0—200,0 або, як чай; вживати по $^1/_4$—$^1/_2$ склянки, 3—4 рази на день.

Порошок: на кінчику складаного ножика, три рази на день.

Суміш ліків від екземи: кореня кульбаби й лопуху по одній столовій ложці, на три склянки води; настоювати протягом ночі, вранці кип'ятити протягом 10 хвилин і залишити без вогню на 20 хвилин; вживати по півсклянки, п'ять раз на день.

Мазь від екземи (простий і радикальний засіб): мед, змішаний з борошном з коріння кульбаби. Змивати мазь з тіла треба теплою сироваткою з молока.

№ 88. Купина лікарська, або аптечна, купина звичайна, вовча трава, журавлині стручки (Polygonatum officinale); з лікувальною метою використовують її корінь.

Купина (мал. 46) — багаторічна трав'яниста рослина з родини лілійних. Росте в лісах і чагарниках помірної смуги Північної півкулі, в тому числі в Радянському Союзі й зокрема на Україні, а також по всій території зарубіжної Європи, в Монголії та в Китаї.

Ботанічне визначення лікарської купини таке: це гола рослина з вузлуватим гранистим стеблом, заввишки 13—45 *см,* з досить широкими листками і з жилками на них, які звернені до одного боку стебла. Квітки на повислих квітконіжках (по одній або по дві) на зворотному боці основи листків, оцвітина шестизубчаста, з сіруватим стовбурцем. Плоди — синювато-чорні ягоди. Кореневище товсте, горизонтальне, гіллясте, росте повільно.

Своєрідна прикмета рослини: на кореневищі на місці відмерлих торішніх стебел залишаються круглі сліди, заглибини.

Корені лікарської купини збирають звичайно восени. Рослина, очевидно, не отруйна, хоч її ще й мало вивчено.

У науковій медицині лікарську купину не використовують, а в народі вона відома лише як рослина, ліки з якої протидіють гострому бронхітові та запаленню легень, а також мають глистогінну властивість.

Мал. 46. Купина лікарська.

Мал. 47. Курай Ріхтера.

Спосіб застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

№ 89. Курай Ріхтера (Salsola Richteri); з лікувальною метою використовують його насіння.

Курай (мал. 47) — однорічна або багаторічна рослина з родини лободових, деревце чи високий кущ або напівкущ зі світло-сірою корою. Росте на горбастих пісках і степах Середньої Азії та Ірану.

Пагони у кураю молочно-білі, гладенькі, голі або, як і листки, з дуже короткими щетинками, іноді дуже густими. Листки чергові, майже нитковидні, завдовжки 4—8 *см,* біля стебла коротко-розширені, а вище перетягнуті. Приквітки коротші за квітки, напівкруглі, трав'янисті. Квітки правильні, одиночні, на стеблі утворюють колосовидне суцвіття, що виходить з основ листків. Листочки оцвітини широколанцетні, темнуваті й димчасті, жовтуваті по краю. Квітки безкольорові (білуваті), з жовтими приймочками в середині; тичинок п'ять.

Для лікувальної мети використовують плоди кураю—його насіння, яке заготовлюють у вересні—жовтні, добре висушуючи його, разом з оцвітинами та залишками квіток.

З виявлених у кураю двох алкалоїдів виготовляють два медичні препарати: сальсолін і сальсолідин, які мають однакової сили дію на організм і однакове терапевтичне застосування.

Останнім часом (з початку 1943 р.) ці препарати, які технічно важко виробляти, почали замінювати простою настойкою на 70°-ному спирті (у відношенні 1 : 5), яка виявляє активнішу дію на організм при тих самих хворобах: при підвищеному тиску крові, при головному болі, при памороченні та неприємних відчуттях серця на нервовому грунті, особливо у жінок у клімактеричний період.

Взагалі курай дуже корисний завдяки своїй заспокійливій дії, і його застосовують у народі при багатьох хворобах.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; вживати по пів столової ложки, 2—3 рази на день.

Настойка: одна столова ложка подрібненого насіння на півсклянки горілки; вживати по 60 крапель, 2—3 рази на день.

Куряча гречка (Capsella bursa pastoris) — див. *Грицики звичайні.*

Куряча сліпота (Anagallis arvensis) — див. *Курячі очка польові.*

Куряча сліпота (Hyosciamus niger) — див. *Блекота чорна.*

Куряча трава (Polygonum aviculare) — див. *Спориш звичайний.*

Куряче зілля (Potentilla tormentilla) — див. *Перстач прямостоячий.*

№ 90. Курячі очка польові, вогничок нивовий, польові зірки, свидина, куряча сліпота і т. д. (Anagallis arvensis); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Курячі очка польові (мал. 48) — однорічна рослина з родини первоцвітових. Росте при дорогах та, як бур'ян — у садах і на полях, де зріджені посіви зернових культур. Поширена ця рослина майже по всій території Радянського Союзу, зокрема на Україні, а також на Кавказі, в Середній Азії та на території зарубіжної Європи.

Стебло у польових курячих очок сланке, тонке, гіллясте, чотиригранне, завдовжки 15—30 *см*. Листки супротивні (рідше бувають розміщені по три), сидячі, цілокраї, яйцевидні, знизу з чорними крапками. Квітки одиночні, сидять у пазухах листків на видовжених квітконіжках, червоні. Плоди — коробочки з кришечкою, що відкривається. Цвіте ця рослина з червня до половини вересня. Траву польових курячих очок збирають влітку.

Цю рослину вважають **отруйною,** тому її треба суворо дозувати.

Мал. 48. Курячі очка польові.

У науковій медицині польові курячі очка не використовують. Відповідно до досвіду народної медицини, в цій рослині відмічено ряд цілющих властивостей. Ліки з цієї рослини є сечогінним, протизапальним і сильним заспокійливим засобом, а також засобом, що розчинює камені та пісок у сечових органах, регулює менструацію, проносить і очищує кишковий тракт (у цьому випадку застосовують клізми з відвару трави). Як зміцнювальний і заспокійливий засіб, ліки з трави польових курячих очок з успіхом вживають при задишці й навіть при туберкульозі легень, а особливо при жіночих хворобах; крім того, при всіх душевних розладах.

Особливо ефективно діють ліки з цієї рослини в поєднанні з валеріаною.

Як сечогінний засіб, ліки з трави польових курячих очок рекомендують при всіх «кам'яних» хворобах у сечовому й жовчному міхурах і в нирках, вони допомагають також при хворобах печінки взагалі і зокрема при збільшенні її та від жовтяниці.

При хронічних запорах ставлять клізми з відвару трави польових курячих очок (20 *г* трави на літр води). Примочки з свіжого соку цієї рослини прикладають до хворих очей (тому рослина й називається очками).

Спосіб застосування. *Відвар:* одна столова ложка подрібненої трави на дві склянки окропу; вживати по пів або по повній склянці, 2—3 рази на день.

Лабазник (Spiraea ulmaria) — див. *Таволга в'язолиста.*

№ 91. Лаванда справжня, левадь (Lavandula vera); з лікувальною метою використовують її траву й цвіт.

Лаванда справжня (мал. 49) — рід багаторічних рослин і напівкущів з родини губоцвітих. У дикому стані росте на сухих гірських схилах у Середземномор'ї, а в нашій країні росте лише в культурі в Криму, на Кубані та в Молдавії.

Мал. 49. Лаванда справжня.

Ця рослина має численні розгалужені стебла, які утворюють кущі, заввишки до 60—75 *см.* Листки лінійні, тупі, з закрученими краями. Квітки сині, зібрані в колосовидне суцвіття. Насіння дрібне, овальної форми, з гладенькою блискучою поверхнею, коричневого кольору.

Ефірну так звану лавандову олію, яку виготовляють з цієї рослини, застосовують більше в парфюмерії, але іноді її використовують і в медицині.

У народі лавандову олію вживають як заспокійливий засіб при неврастенії, паралічі (всередину й зовнішньо), а також як болетамувальний засіб при вивихах і забиттях (застосовують зовнішньо).

Лавандова олія, яку виганяють з іншого виду лаванди— колоскової, або спікової, і яку так і називають спіковою олією, корисна (з досвіду Кнейпа) при головному болі, здутті живота й від нудоти. Але колоскову лаванду рідко де вирощують, і олія з неї не завжди буває в продажу.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день. Цей же відвар годиться й для зовнішнього застосування як компрес або припарка.

Олія для втирання; якщо нема готової, то роблять самі: одна частина рослини на 5 частин прованської або соняшникової олії; настоювати протягом одного—двох місяців.

№ 92. Лаватера тюрінгська, собача рожа, або ще дика рожа (Lavatera thuringiaca); з лікувальною метою використовують її корінь.

Лаватера тюрінгська, або собача рожа (народна назва) — багаторічна трав'яниста рослина (мал. 50) з родини мальвових, за своїми ботанічними ознаками й фармакологічними властивостями близька до лікарської рожі. Ця рослина часто зустрічається на південному заході Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, як декоративна рослина (її розводять у палісадниках), на Кавказі, в Західному Сибіру та на Алтаї — як дикоросла рослина. Росте на луках, пагорбах, між чагарниками, біля будинків, у садах та на городах.

Стебло в цієї рослини пряме, заввишки до півтора метра, нижні листки кутасто-п'ятилопатеві, верхні — три-семилопатеві. Квітки рожеві, іноді й червоні. Плід сухий, у вигляді калачика. Вся рослина сіроповстиста від зірчастих волосків. Корені великі, завтовшки до півтора сантиметра в поперечнику. Цвіте рослина влітку.

Мал. 50. Лаватера тюрінгська.

Подібно до лікарської рожі, в лаватері, або собачій рожі, також багато слизу, але відвар коренів цієї рослини відрізняється від відвару коренів лікарської рожі своїм темнішим кольором. Головна дія на організм лікарських речовин, що містяться в лаватері,— обволікаюча, протизапальна (особливо) та пом'якшувальна, а зокрема на дихальні шляхи — відхаркувальна.

Як внутрішній лікарський засіб, ліки з коріння собачої рожі вживають при катаральних явищах дихальних шляхів (при кашлі) та шлунково-кишкового тракту взагалі й при проносі зокрема, а також при простуді.

Взагалі лікарські препарати з кореня лаватери, чи со-

бачої рожі, діють на організм подібно до ліків з кореня лікарської рожі, тому, якщо нема напохваті кореня лікарської рожі, його можна замінити коренем собачої рожі, чи лаватери.

Способи застосування. *Відвар* (легкий): 8,0—200,0; вживати по одній столовій ложці (дітям— по чайній ложечці), 3—4 рази на день.

Порошок. У народі для полоскання слизових оболонок (носа, рота, статевих органів) відвар кореня часто замінюють порошком кореня, який розводять теплою водою, щоб він набув вигляду рідкої сметани. Краще, якщо цей розведений порошок процідити перед тим, як застосувати його.

№ 93. Лавр благородний, лаврове дерево (Laurus nobilis); з лікувальною метою використовують його листя.

Лавр благородний — вічнозелене дерево або деревовидний кущ з родини лаврових. Його листя всі знають як кухонні прянощі.

Люди користуються лавровим листям і з лікувальною метою, добуваючи з нього настоюванням його на лляній або соняшниковій олії лаврову олію, яку використовують для втирання при паралічі. Цю олію готують так: беруть 30 *г* дрібно порізаного лаврового листя на 200 *г* олії й настоюють у теплому місці протягом кількох (приблизно шести) днів, потім проціджують і видавлюють.

В аптеках іноді буває готова лаврова олія, але не з листя, а з плодів цього дерева. Раніше цією олією користувалися, як болетамувальним засобом, для втирання у вигляді так званої бобкової мазі або олії.

№ 94. Ламінарія цукриста, морська капуста (Laminaria sacharina); з лікувальною метою використовують її водорості.

Ламінарія цукриста — це великі морські водорості бурого кольору, поширені в північних морях та в Чорному морі. Китайцям ці водорості відомі ще з XIII сторіччя під назвою морської капусти, яку дуже цінували як добрий харчовий продукт, як дієтичний і профілактичний засіб (проти зобу й артеріосклерозу), а також як протицинготний і такий, що регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту, засіб (від запору).

Наукова медицина цілком визнала цукристу ламінарію добрим лікувальним засобом для боротьби з цингою, завдяки тому, що в ній є багато вітамінів А і С; ці водо-

рості добре допомагають від хронічних запорів, склерозу та хворобливих станів щитовидної залози, тому що вони містять у собі достатню кількість йоду.

Цукриста ламінарія протипоказана при нефриті (запаленні нирок), геморагічній схильності (схильності до кровоточивості), при туберкульозі легень, кропив'янці, при вагітності та в інших випадках, коли не можна вживати йод.

Аптеки відпускають цукристу ламінарію у вигляді *порошку*. Вживати його треба по одній чайній ложечці, з водою, чаєм чи супом, 2—3 рази на день.

№ 95. Ласкавець козелецелистий (Bupleurum scorzonerifolium); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Мал. 51. Ласкавець козелецелистий.

Це дворічна рослина (мал. 51) з родини зонтичних. Зустрічається в Сибіру та на Далекому Сході. Росте на сухих схилах і скелях, на кам'янистих розсипах, а також і на заливних луках з піщаним грунтом.

Стебло у ласкавцю козелецелистого від 15 до 55 *см* заввишки, малогіллясте. Листки плоскі, ланцетовидні, темно-зелені, до обох кінців поступово звужуються. Листкова пластинка має 5—7 жилок, що різко виділяються, і це надає листкові цупкості. Зонтички квіток невеликі, до 5—6 *мм* у поперечнику. Квітки червонувато-коричневі. Корінь вертикальний, простий, схожий на тонке веретено.

Хімічний склад ласкавця ще не вивчено, відомо тільки, що ця рослина містить у собі вітамін С.

У народній медицині відвар трави ласкавця вживають як жовчогінний засіб при хворобах печінки та жовчного міхура. Дія цієї трави схожа на дію піскового

цмину. Відвар ласкавця корисніше робити з свіжозірваної рослини. Можна вживати й настойку.

Способи застосування. *Відвар:* 2,0 або 4,0—200,0, або неповна чайна ложечка на склянку окропу; вживати по одній столовій ложці, три рази на день, до їди.

Настойка: 25,0; по 25 крапель.

Мал. 52. Ластовень лікарський.

№ 96. Ластовень лікарський (Vincetoxicum officinale або Cynanchum vincetoxicum); з лікувальною метою використовують його корінь.

Ластовень (мал. 52) — багаторічна рослина з родини ластівневих, прямостояча, заввишки до 40 і більше сантиметрів. Росте на луках і відкритих схилах, у соснових борах і рідких березових лісах Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, а також на території зарубіжної Європи.

Стебло у ластовня кругле й порожне, покрите пухнастими волосками. Листки супротивні, внизу округлені, вгорі ланцетовидні. Квітки в гіллястих зонтиках, яскраво-жовті, рідше зеленуватого кольору; віночок білий, а вся квітка жовто-біла, з неприємним запахом. Квітконоси містяться в пазухах листків. Плоди — вузьколанцетні загострені голі листянки або довгі коробочки.

Кореневище в нього вкорочене, з численними придатковими корінцями.

Цвіте ластовень з червня до серпня.

Рослина містить у собі сапоніноподібну кислоту й глюкозиди. Ліки з коренів ластівця мають властивість спричинювати блювання, не впливаючи шкідливо на серце й судини, тому вони корисні при боротьбі з отруєннями. Корінь ластівня широко застосовували й тепер застосовують у народній медицині. З нього починають виготовляти ліки і в науковій медицині.

Відповідно до останніх даних, дія на організм ластівневого кореня вважається подібною до дії наперстянки, строфану та іпекакуани, проте ластівневий корінь не такий отруйний і не дає побічних шкідливих впливів на шлунково-кишковий тракт.

Від серцевих хвороб краще вживати ліки з насіння ластівня.

Крім того, що корінь ластівня, як серцевозміцнювальний засіб, вживають при серцебитті й підвищеному тиску крові, його часто вживають у народі і як проносний засіб у дозі менш як 0,2 (якщо в порошку) та як сечогінний, корисний від прохідних каменів, потогінний та очисний засіб (при водянці), а також як засіб, що регулює місячні.

Ластівневий корінь корисний також і при гарячці й навіть при малярії, а також від ран (як зовнішній засіб).

В гомеопатії ластівневий корінь застосовують при діабеті (сечовиснаженні).

Способи застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; по пів або по повній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 15,0 або 20,0; по 10 крапель, три рази на день.

Порошок: по 0,1, або на самому кінчику складаного ножика, три рази на день.

№ 97. Латук посівний, салата (Lactuca sativa); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Латук посівний (мал. 53) — городня рослина з роду латукових, вважається вітамінним харчовим засобом. В листках латуку містить-

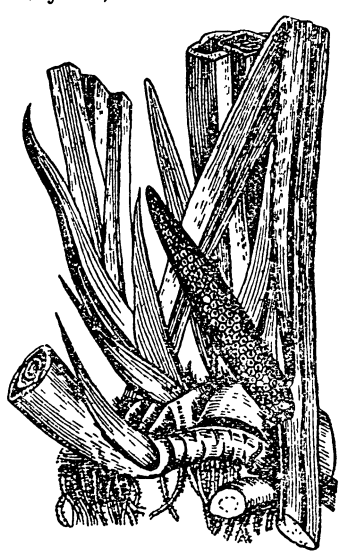
ся близько 12 *мг*% каротину і 0,1 % аскорбінової кислоти (вітамін С); є також вітамін Е.

У науковій медицині посівний латук не використовують як лікарську рослину.

У народній медицині салатову олію з цієї рослини (настій на прованській олії) застосовують для дітей при сильному запаленні легень та при корі.

Застосовують посівний латук у свіжому вигляді і в гомеопатії, у формі препаратів з його соку для лікування серцевих хвороб, тому що цей сік має снотворну й таку, що притуплює нервові відчуття, властивість.

Мал. 53. Латук посівний.



Мал. 54. Лепеха болотяна.

Лебідка (Origanum vulgare) — див. *Материнка звичайна.*

Левадь (Lavandula vera) — див. *Лаванда справжня.*

Легенева трава (Pulmonaria officinalis) — див. *Медунка лікарська.*

№ 98. Лепеха болотяна, або звичайна, аїр болотяний, або звичайний, татарське зілля (Acorus calamus); з лі-

кувальною метою використовують корінь цієї рослини.

Лепеха болотяна (мал. 54) — багаторічна трав'яниста рослина з родини ароїдних. Зустрічається вона цілими заростями на болотах, по берегах річок у середній і південній частинах Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні.

Заввишки рослина часто буває в половину зросту людини (50—70 *см*). Листки в лепехи яскраво-зелені, за формою схожі на меч, лінійні, загострені, м'ясисті, зібрані в пучок, обхоплюють один одного й відходять безпосередньо від лежачого кореневища. Від кореневища відходить також і голе квіткове стебло, тригранне, з жолобком і закінчується квітковим початком дрібних світло-зелених квіток. За виглядом цей початок, який часто буває без квіток, схожий на наперсток, усіяний дрібненькими ямочками для голок, тільки він разів у десять довший і в 3—4 рази ширший від наперстка. Лепеху, в якої було б таке стебло з квітками й плодами, рідко можна зустріти в середній частині нашої країни, а тільки на півдні.

Кореневище у рослини довге, циліндричне, м'яке, губчасте, біле всередині, зверху — жовте або жовто-зелене, з численними, що відходять донизу, корінцями-волосинками. Кореневище застосовують без дрібних корінців, їх відрізують і відкидають. Це кореневище має гірко-пекучий смак і приємний запах.

Заготовлюють кореневища лепехи восени або на початку зими, коли, завдяки зниженню рівня води в річках, їх легше діставати.

Уся рослина, а особливо кореневище, крім інших речовин, містить у собі й пахучу ефірну олію, смолу, дубильні (в'яжучі) речовини та гіркий глюкозид. Ось чому лепеха має такі цінні лікувальні властивості й відома з народного досвіду як збуджувальний, зміцнювальний, почасти болетамувальний, відхаркувальний, вітрогінний і навіть дезинфікуючий засіб. Цю лікарську рослину охоче застосовували й застосовують у народі при цинзі, під час епідемії холери, грипу, а також при висипному тифі.

Застосовують кореневище лепехи у вигляді відварів, настоїв (на холодній воді), настойок, або тинктур, а іноді й у вигляді порошку для внутрішнього вживання й зовнішнього застосування.

У науковій медицині кореневище лепехи мало застосовують, але в народі воно дуже популярне, його дуже широко застосовують.

Всередину ліки з кореневища лепехи дуже корисні, як добрий збуджувач апетиту, як засіб, що регулює всі функції шлунково-кишкового тракту, допомагає при метеоризмі, зменшує пронос, знищує печію (порошок), а також як вітрогінний засіб і т. д.

Препарати з кореневища лепехи застосовують також при жовтяниці та при інших хворобах жовчних шляхів,

при малярії, золотусі, при ексудативному діатезі, при рахіті й цинзі. При хворобах нирок і сечового міхура (запаленнях) ці ліки вживають не тільки всередину, а й застосовують зовнішньо, у вигляді сидячих ванн, на що годиться не тільки кореневище, але й листя цієї рослини.

Порошок з кореневища болотяної лепехи вживають всередину (при печії, запаленні нирок і сечового міхура) й застосовують зовнішньо, домішуючи його, наприклад, до зубного порошку. Вживання порошку замінює собою полоскання відваром коренів. Цей порошок особливо необхідний як зміцнювальний засіб при альвеолярній піореї та при інших видах розпушування ясен і цинготного стану.

Як добрі дезинфікуючі препарати, ліки з кореневища болотяної лепехи застосовують при тяжких ранах і виразках, що гниють, в усіх вищезгаданих видах.

Дуже корисно вводити кореневище болотяної лепехи до складу чаїв від рахіту й золотухи. Охоче застосовують його в народі в суміші з корінням лопуху й квітками нагідок для миття голови, щоб не випадало волосся.

Сушити й зберігати кореневища болотяної лепехи треба, як звичайно, але їх обов'язково треба попередньо очищати.

Способи застосування. *Настій* або *відвар* (15,0—200,0) готують так: 15 *г*, або одну столову ложку подрібненого сухого кореневища беруть на 200 *мл*, або на одну склянку холодної води (якщо настій) чи окропу (якщо відвар). Настій настоюють протягом 8 годин, відвар — протягом 20 хвилин; вживати по одній столовій ложці, три рази на день, перед їдою.

Настойка (20,0): 20 *г* подрібненого кореневища на 100 *г* спирту або горілки, настоювати протягом 8 днів у теплому місці, часто збовтуючи; процідити й вживати всередину по 20 крапель, три рази на день; до хворого зуба настойку треба прикладати на клаптику вати.

Порошок: вживати по 0,2—0,5 *г* (не більше), три рази на день.

Суміш ліків від випадання волосся (зовнішній засіб):

кореневища болотяної лепехи	20 *г*,
кореня лопуху	20 *г*,
квіток нагідок	10 *г*,
шишок хмелю	15 *г*.

Усе це треба змішати, заварити на одному літрі окропу й змочувати голову наніч.

Лимонна м'ята, лимонна трава (Melissa officinalis) — див. *Меліса лікарська.*

№ 99. Лимонник, китайський лимонник (Schizandra chinensis); з лікувальною метою використовують його плоди й насіння.

Лимонник — витка кущова рослина з родини магнолієвих. Росте в мішаних лісах, особливо по узліссях та вздовж річок і струмків на піщаному грунті, на півдні радянського Далекого Сходу, в Приморському й Хабаровському краях, у південній частині острова Сахалін (у великих заростях), а також у Китаї, в Північній Кореї, в Маньчжурії, Монголії та в Японії.

Виткі стебла лимонника досягають 10—15 *м* завдовжки при товщині в 1,8 *см;* листки обернено-яйцевидні, з клиновидною основою, неглибокозубчасті, завдовжки 8—10 *см* і завширшки 4—5 *см,* блискучо-зелені зверху, м'ясисті, з різко вираженими жилками. Колір жилок і корінців рожевуватий, квітки також рожеві, але потім стають білими, а коли починають уже в'янути, то жовтіють. Запах слабко ароматний. Плоди — ягоди оранжево-червоного кольору, кулясті, завширшки 5—7 *мм,* утворюють густу китицю з 20—50 ягід; насіння в ягодах блискучо-жовте.

Листки в лимонника з'являються в кінці травня (в Радянському Союзі на півдні Примор'я); цвіте лимонник з середини червня; ягоди дозрівають у кінці вересня і на початку жовтня.

Лимонник достатньо вивчено. Крім інших цінних речовин, у ньому є також дубильна речовина й вітамін С. Назву «лимонник» цій рослині дано тому, що її стебла й корені, коли їх розтирати, пахнуть лимоном.

Препарати з лимонника (настойки й таблетки) набувають все ширшого й ширшого застосування в науковій медицині як засіб, що зміцнює серцево-судинну систему, регулює кровообіг, збуджує дихання й нервову систему і взагалі, як засіб, що підносить тонус життя.

Є дані про те, що застосування лимонника для посилення родової діяльності жіночого організму також дає позитивні наслідки.

Ліки з лимонника діють на організм повільно (близько 2—10 тижнів), але ефективно при всякій перевтомі, при загальній втомі й слабкості та при підвищеній сонливості (у льотчиків, спортсменів, туристів, наукових працівників та ін.), а також при дизентерії у дітей.

У народній медицині у китайців і нанайців лимонник широко використовують і вважають його першим засобом для зміцнення сил, і, мабуть, саме тому його й нази-

вають у них «у-вей-цзи», що в перекладі означає: «плід з п'ятьма смаками» — на знак його ефективності, бо, як запевняють нанайці, жменя сушених ягід лимонника дає сили полювати без їжі цілий день, не почуваючи звичайної в таких випадках втоми.

Вживання лимонника протипоказане: при нервовому збудженні, безсонні, підвищеному кров'яному тиску та при порушеннях серцевої діяльності. Препарати його вживають натщесерце або через 4 години після прийняття їжі, в дозах, які зазначено нижче.

Як людина переносить спожитий лимонник, найкраще можна перевірити пробною дозою: результат починається через 30—40 хвилин, і збудження триває протягом приблизно 4—6 годин. Лимонник не дає ніяких поганих наслідків, якщо його розумно вживати; він є не тільки лікарським засобом, але й поживною дієтичною речовиною.

Способи застосування. *Відвар* (легкий): 20,0—200,0; по одній столовій ложці, 2—3 рази на день (вживати теплим).

Настойка (на 96°-ному спирті): 25,0; по 20—40 крапель, два рази на день.

Порошок (у таблетках): по 0,5 *г*, вранці та ввечері.

№ 100. Липа вузьколиста, дрібнолиста (Tilia parvifolia); з лікувальною метою використовують її цвіт і листя.

Липа вузьколиста, або дрібнолиста — дерево з родини липових, яке мало чим відрізняється від широколистої липи. Досягає заввишки до 30 *м*, має темну, яка глибоко тріскається, кору на стовбурах і темно-сіру, з коричневим відтінком, кору на гілках. Листки сидять на довгих черешках, нерівнобокі, серцевидні, з загостреною верхівкою, по краях зубчасті. Квітки блідо-жовті, зібрані в пазушні півзонтики, сидять на загальному стебельці. При кожному суцвітті є довгасто-ланцетовидний, зрослий з квітконосом, приквітковий листок, який зберігається й при плодах. Під час збирання цвіту ці листки зривають і використовують разом з квіточками. Плоди — однонасінні горішки, багаті на жирну олію.

Ми наводимо тут ботанічний опис лише вузьколистої, або дрібнолистої, липи, обминаючи інші види липи (їх на території Радянського Союзу понад 10, зокрема на Україні — 4), тому що для медичної мети користуються цвітом і листям здебільшого вузьколистої липи. Поширена ця липа в смузі листяних лісів Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, а також на Уралі, в Західному Сибіру та на Алтаї.

У квітках липи міститься трохи слизу та ефірної олії, яка надає квітці приємного запаху, а також глюкозид,

каротин і вітамін С, а в листках — дубильні речовини й фітонциди, тобто речовини, що вбивають бактерій.

У науковій медицині липовий цвіт (часто наполовину з малиною) використовують лише як потогінний засіб.

У народній медицині липовий цвіт використовують значно ширше. Крім того, що його використовують, як у науковій медицині, проти всякої простуди, його ще вживають, оскільки в ньому є слиз, і при всяких внутрішніх запаленнях (катарах), при ревматизмі, кашлі, грипі як відхаркувальний і пом'якшувальний засіб, а також при болі й різі в животі (від запалення) як болетамувальний засіб. Крім того, ліки з липового цвіту вживають, і також не без успіху, всередину при корі, свинці (в суміші, див. статтю *Шавлія*), від судоми та при піску в нирках.

Зовнішньо насіння липи вживають або у формі порошку, або розтертим в оцті при кровотечах з ран, з носа, рота і т. д.; бруньки або листя, потовчені на тісто, вживають як засіб, що пом'якшує при наривах. Камбій липи (тобто шар між лубом і деревиною) застосовують від опіків.

Взагалі за всі цінні якості липи, а їх вона має багато, у нас її дуже шанують, а в Німеччині її називають святим деревом за її громовідвідну силу (тому під нею мають там звичай ховатися під час грози).

Способи застосування. *Відвар квіток:* 20,0—200,0, або півтори столової ложки дрібно порізаних квіток заварити на склянці окропу й настоювати протягом 20 хвилин, процідити і вживати всередину по одній—дві склянки на́ніч (як потогінний засіб), а для полоскання додати на склянку відвару 5 *г* очищеної солі.

Примітка. Вугілля, яке виробляють з деревини липи, також використовують, і не тільки в народній, але й у науковій медицині. Відомості про нього дивіться далі, в статті *Вугілля.*

Листя касії, листя сенни (Cassia angustifolia) — див. *Олександрійське листя.*

Лихоманник (Gentiana cruciata) — див. *Тирлич хрещатий.*

№ 101. Лілія біла (Lilium lancifolium); з лікувальною метою використовують її цибулину та квітки.

Біла лілія — це кімнатна рослина з роду цибулинних родини лілійних. Її часто садять і в садах у грунт. Рослина з цибулинами;

квітки у неї зібрані в кінцеву китицю (іноді одиночні), оцвітина з вільними або зі зрослими частками, пилинки звичайно розпукуються всередину, коробочка насіння розкривається по гніздах. Квітки у лілії білі, іноді рожеві.

У народній медицині цибулину білої лілії використовують як зовнішній засіб від чиряків (нігтьоїди), причому краще, якщо її для цього зварити з молоком. Так застосовувати її можна при всяких зовнішніх запаленнях. Відвар квіток білої лілії разом з медом і гірчичним борошном у рівних кількостях дає дуже корисну мазь проти ластовиння.

Другий вид лілії — л і л і я т и г р о в а (Lilium tigrinum — мал. 55), яку в народі часто називають красивою лілією. Ця лілія мало чим відрізняється від першої, хіба що тільки тим, що квітки у неї не білі, а оранжево-червоні, з плямками на пелюстках. Походить з Далекого Сходу. В Радянському Союзі тигрову лілію також вирощують як добру декоративну рослину.

У народній медицині тигрову лілію застосовують як зовнішній засіб у тих самих випадках і таким самим способом, що й білу лілію, а крім того, легко надварену цибулину її вживають і всередину: 15,0—200,0, у дозі: по одній столовій ложці, три рази на день як матковий болетамувальний і кровоспинний засіб.

Лісове зілля (Primula officinalis) — див. *Первоцвіт лікарський.*

Лобода (Atriplex patula) — див. *Лутига розлога.*

№ 102. Лопух справжній, або великий, реп'яхи, дідівник (Arctium majus або Arctium lappa); з лікувальною метою використовують його корінь, насіння й листя.

Лопух справжній, або великий (належить до родини складноцвітих) — бур'ян, поширений по всій території Європейської частини Радянського Союзу і зокрема повсюди на Україні, а також у Сибіру, в Середній Азії та по всій території Європи.

Ботанічне визначення цієї рослини таке: корінь у неї великий і товстий; стебло гіллясте, заввишки до півтора метра; листки чергові, великі, серцевидно-яйцевидні, виїмчасто-зубчасті, знизу павутинно-повстисті. Кошики для квіток у щитковидних суцвіттях, майже кулясті, з обгорткою з черепичастих, майже голих, шиловидно-загострених, на кінці гачкуватих листочків, що утворюють собою після відцвітання так звані реп'яхи. Квітки (в кошиках) дрібні, трубчасті, пурпурні; сім'янки довгасті, стиснені, вздовж ребристі.

Є й інший вид лопуху, також як народний засіб — лопух павутинистий, або повстистий, який більше поширений, ніж лопух справжній, але мало чим відрізняється від нього ботанічними особливостями й лікувальними властивостями. Обидва ці види лопуху ростуть

у більш вологих місцях, поблизу житла, на городах, біля доріг, на полях, у садах та в інших місцях. Корінь цього лопуху заготовлюють восени або рано навесні (до появи листків).

Мал. 55. Лілія тигрова.

Щоб повністю зберегти цілющі властивості лопуху, рекомендується не обмивати його корінь, а, трохи вису-

шивши його, обчистити його щіточкою й потім, порізавши вздовж, сушити, але краще в печі або духовці з легким духом, але не на повітрі, щоб уникнути швидкого бродіння.

Хімічні властивості кореня лопуху мало досліджено. В ньому виявлено лише ефірну олію, дубильні й гіркі речовини, інулін та ще деякі речовини.

З досвіду народної медицини відомо, що за своєю дією на організм людини корінь лопуху є сечогінним, очисним, потогінним і, так би мовити, кровоочисним і таким, що регулює обмін речовин в організмі, засобом.

У науковій медицині лопух зовсім не застосовують, і якщо в продажу в аптеках і є реп'яхова олія для боротьби з випаданням волосся на голові, то це дозволено, очевидно, тільки тому, що цей лікарський народний засіб популярний, хоч його ефективність дуже сумнівна.

Як сечогінний і очисний засіб, відвар з кореня лопуху, іноді в поєднанні з іншими сечогінними засобами, з успіхом вживають у народі при всяких хворобах сечостатевих органів. Зокрема, при лікуванні діабету корінь лопуху поєднують з стручками квасолі й листям чорниці в рівних кількостях. Застосовують його також при золотусі, рахіті, геморої, водянці, подагрі й ревматизмі.

До речі, автор з досвіду знає, що при ревматизмі для вживання кореня лопуху всередину його краще поєднувати з коренем оману пополам.

При ревматизмі й для відновлення порушеного обміну речовин (при масових шкірних хворобах) автор рекомендує не тільки вживати відвар кореня лопуху всередину, але й застосовувати його зовнішньо, у вигляді зігрівального компресу, і не на окремі частини тіла, а на весь тулуб. Це буде найрадикальнішим способом лікування таких хвороб. Так особливо необхідно робити при застарілих екземах і тривкому хронічному ревматизмі.

Вживають лопух у народі й при хронічному запорі, як засіб, що оздоровлює весь організм і таким чином нормалізує випорожнення. В останньому випадку краще вживати всередину відвар не з кореня лопуху, а з його насіння.

Зовнішньо лопух застосовують як добрий засіб для ростіння волосся на голові та для боротьби з випаданням його. Для цього волосся обмивають відваром кореня або змазують його олією — маззю. Відвар кореня лопуху

і мазь із олії з його насіння застосовують і від хронічних ран, а від свіжих достатньо потовченого свіжого листя.

Що корінь лопуху має оздоровлюючу силу, в цьому не треба сумніватися, бо це, до речі, підтверджується й практикою народної ветеринарії: відвар кореня лопуху в кількості 45 *г* на піввідра води, викип'яченої до половини і навіть більше як до половини — так, щоб вийшла густа мазь, давав чудовий результат у боротьбі з сверблячими лишаями у худоби й рятував її від неминучого випадання у неї шерсті.

В усіх випадках вживання лопуху корінь його в свіжому вигляді ефективніший, і це особливо визнає гомеопатія, в якій з свіжого коріння лопуху виготовляють есенцію.

Способи застосування. *Легкий відвар кореня* (декокт): 15,0—200,0; настоювати після заварювання протягом 20 хвилин, дати вичахнути, процідити і вживати по одній столовій ложці, 3—4 рази на день. Цей відвар корисний і для регулювання шлунково-кишкових функцій.

Відвар насіння (як проносний засіб): 20,0—200,0; приготовляти й вживати його треба так само, як і легкий відвар кореня.

Мазь із кореня (1-ша): описаний вище відвар кореня згустити варінням до половини, поєднати з свинячим внутрішнім жиром (розігріваючи його) наполовину, злити в горщик, накрити покришкою й замазати тістом і поставити в піч (або в духовку) на кілька годин. З вичахлої загуслої маси злити воду, якщо вона не вся випарувалася. Це мазь для ростіння волосся.

Примітка. Замість відвару сухого кореня лопуху набагато ефективніший свіжий сік з нього, згущений на повітрі й змішаний з основою в такому самому співвідношенні.

Мазь із кореня (2-га): з відвару кореня (4 столові ложки на 4 склянки окропу), також згущеного, беруть одну частину на 4 частини коров'ячого масла й змішують. Це мазь від опіків.

Мазь із листя лопуху (складна):

сушеного листя лопуху	20 *г*,
квіток ромашки	20 *г*,
кореня копитняка	20 *г*,
трави іван-чаю (зніту)	20 *г*.

Все це, змішавши, заварюють на чотирьох склянках води, потім додають одну столову ложку коров'ячого масла й дві склянки міцного відвару з сінної потерті, знову виварюють (краще у так званій водяній бані), поки не вийде густа тягуча клейка суміш; процідивши й віддавивши, краще поєднати її з гліцерином порівну. Ця мазь дає блискучі наслідки в боротьбі з усякими екземами.

Спосіб лікування застарілої екземи (метод і досвід автора).

Для внутрішнього лікування застарілої екземи треба вживати відвар кореня лопуху (15,0—200,0), по одній столовій ложці, 4 рази на день, перед їдою.

Для зовнішнього лікування треба взяти 4—5 столових ложок подрібненого кореня на відро води, прокип'ятити й дати вичахнути до середньої теплоти. В цьому ще теплому відварі намочити вчетверо складене простирадло, завширшки таке, щоб було на весь тулуб від пахов до кісточок на ногах, викрутити його, але не зовсім, і швидко й тісно укутати ним хворого. Причому між ногами у хворого треба прокласти частину простирадла, щоб голе тіло однієї його ноги не доторкалося безпосередньо до тіла другої ноги. Не давши простирадлу вихолонути, укутують хворого точно так само сухим простирадлом, а потім тонкою вовняною ковдрою. Тісно укутавши хворого, закріпити простирадла та ковдру булавками й залишити хворого на півтори—дві години в постелі, укутавши його, а якщо він засне, не будити його й розкутати, аж як він прокинеться.

Так можна робити тільки раз на добу (краще наніч) і через 6 днів треба робити перерву на добу. Ці компреси треба продовжувати доти, поки на тілі, яке вже очистилося від екземи, стане виявлятися легкий висип — так званий легкий рецидив. Через один—два дні цей висип зникне, і лікування треба вважати закінченим.

Лікування триває два—три тижні.

Таким самим способом можна лікувати й тривкий застарілий ревматизм. Результат виходить чудовий: хвороба уже більше не поверталася.

Оригінальний народний спосіб лікування ревматизму. Маззю із кореня лопуху (краще, якщо з свіжого) хворий натирає всі свої хворі суглоби, лягає в лазні на піл або полицю, де поступово посилюється пара, і там він протя-

гом півгодини п'є малими ковтками з проміжками теплий відвар кореня лопуху в кількості однієї склянки. Через 15—20 хвилин хворий починає дуже потіти. Він продовжує лежати на полу доти, поки його тіло не стане сухим, хоч у лазні багато пари. Спрагу хворий заспокоює сироваткою з молока. Після того, як хворий зійде з полу, він знову натирає собі всі суглоби цією самою маззю, обкладає ватою або клоччям і забинтовує. В такому стані він повинен пробути дома в постелі всю ніч до ранку. Виходить швидкий і чудовий результат.

№ 103. Лох, маслинка, лох вузьколистий, маслинка вузьколиста, дика маслинка (Elaeagnus angustifolia); з лікувальною метою використовують ягоди цієї рослини.

Мал. 56. Лох вузьколистий.

Лох вузьколистий (мал. 56) — кущова рослина або невелике дерево (заввишки до 10 *м*), з родини маслинкових. Зустрічається дикорослим на півдні Європейської частини Радянського Союзу, зокрема в здичавілому стані росте на території України, на Кавказі, в Середній Азії, в пустельних місцях Казахстану, де він утворює непрохідні, густі зарості (так звані тугайні ліси), зустрічається також і в Південній Європі, в Ірані, Афганістані та на заході Тібету. Подекуди його розводять і в Радянському Союзі, в тому числі й на Україні, як декоративну рослину заради того, що в нього листя сріблястого кольору.

Молоде листя й гілки у лоху дійсно сріблясті й лускаті. Листки за формою довгасто-ланцетовидні, тупуваті, знизу густо, а зверху рідко вкриті лускоподібними волосками. Квітки яскраво-жовті, зібрані в дрібні китиці, сидять у пазухах листків, мають сильний медовий запах. Оцвітина дзвоникувата, чотирилопатева. Плоди — костянкоподібні ягоди, коричневого кольору, 2—3 *см* завдовжки, майже кулясті, солодкого борошнистого смаку; кісточка плода має 8 реберець.

Плоди лоху мають широке застосування в місцевому побуті (у киргизів, наприклад), як добрий харчовий продукт. Їх вживають свіжими, з них варять компот, або готують з їхнього борошна кисіль та інші страви. Плоди лоху корисні при проносах.

У народній медицині препарати з ягід лоху (настої, відвари та киселі) славляться, як сильні в'яжучі й протизапальні засоби при шлунково-кишкових захворюваннях.

З часів Великої Вітчизняної війни почали виробляти спеціальний препарат з плодів лоху — лохтан, або лохпектан, але тепер його не випускають, і в аптеках його нема.

В гомеопатії приготовляють тинктуру з свіжих зрілих плодів лоху.

Способи застосування. *Настій* (інфуз-декокт): протягом 6 годин настоювати на 2—3 склянках холодної води 50 *г* подрібнених плодів, процідити й заварити масу, що залишилася, в двох склянках окропу; змішати з настоєм і вживати по 2—3 столові ложки, 3—4 рази на день, до і після їди.

Порошок: по 2—3 столові ложки за один раз, 2—4 рази на день; дітям давати по одній чайній ложечці, 3—4 рази на день.

№ 104. Лутига розлога, або кислата, лобода (Atriplex patula); з лікувальною метою використовують її траву.

Лутига розлога, або креслата — звичайна городня рослина, яку вирощують, як овочеву культуру (для борщу). Щоб не сплутувати її зі здичавілою лутигою та з іншими подібними до неї рослинами, треба знати її ботанічне визначення.

Стебло в цієї рослини заввишки до 15 *см;* листки матові, з обох боків майже однакового кольору, нижні за формою серцевидно-поздовжні, гострувати, слабко зубчасті; середні — довгасті. Плоди на ніжках, які мають однакову з ними довжину.

Хімічні властивості розлогої, або кислатої, лутиги не вивчено, але вона, як загальновживана овочева рослина, звичайно, шкідливого в собі нічого не містить, і тому нема потреби суворо дозувати її.

У народній медицині розлога, або кислата, лутига відома перш за все як зміцнювальний та очисний засіб при геморої й подагрі, а при кашлі (і сухому, й хронічному) — як відхаркувальний засіб. Її застосовують, і не без користі, й при жіночих хворобах, при білях, мізерних місячних і при родах (для легкого виходу дитячого місця). Це все випадки внутрішнього вживання цієї рослини.

Зовнішньо ж застосовують свіже листя з розлогої лутиги при ранах, особливо при тих, у яких загнана колючка, тому що воно допомагає, щоб колючка вийшла.

Спосіб застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; по одній склянці, три рази на день.

Люби мене, не покинь (Orchis masculata) — див. *Зозулинець чоловічий.*

№ 105. Любисток лікарський, любисник (Levisticum officinale); з лікувальною метою використовують його корінь, траву й насіння.

Мал. 57. Любисток лікарський.

Любисток лікарський (мал. 57) — багаторічна рослина з родини зонтичних, яку іноді розводять у садах і на городах у південних і південно-західних районах Європейської частини Радянського Союзу й зокрема на Україні. Зустрічається на нашій території також і в здичавілому стані. Добре витримує зимування і в північніших районах середньої смуги країни, аж до широти Москви.

Ця рослина досягає двох метрів заввишки. Листки в любистку блискучі, пірчасті або подвійнопірчасті, зі своєрідним холодком, який віє від них, коли до них доторкнутися. Цей холодок спричинюється ефірною олією, що є в листках цієї рослини. Сегменти (відрізки) прикореневих стеблових листків великі, яйцевидно-клиновидні. Стебло всередині порожнє. Квітки зібрані в складний зонтик (як у кропу). Пелюстки квіток світло-жовті, округлі, з загнутою верхівкою. Плоди — двосім'янки. Корені мають пряний смак.

Вся рослина має специфічний запах, схожий на запах селери. Цвіте любисток у червні — липні. Збирають здебільшого корені від дво- трирічних рослин, восени. Сушать у тіні.

Хімічні властивості лікарського любистку ще мало вивчено, відомо лише, що в ньому є сильно діюча ефірна олія.

У народній медицині лікарський любисток знають перш за все як сечогінний і серцевий, а також як відхаркувальний, очисний, болетамувальний і заспокійливий засіб. Його охоче вживають у народі при хворобах

нирок, при водянці, легеневих хворобах, при хворобах серця, шлунка й кишок (як регулюючий і вітрогінний засіб), крім того, від болей (відвар кореня) і як полегшувальний засіб під час родів, а також при хворобливій мізерності місячних (відвар трави), при недокрів'ї та від глистів (відвар насіння або листя).

Як відхаркувальний засіб, любисток дуже корисний при мокротинній ядусі, та й при всякій іншій ядусі дає полегшення. Чай з кореня любистку поліпшує функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту й зменшує здуття.

Зовнішньо відвар кореня любистку застосовують для ростіння волосся й проти випадання його, а листя цієї рослини, особливо, якщо його трохи пом'яти і потім прикласти до лоба, полегшує головний біль, від чого б він не походив.

Способи застосування. *Відвар кореня:* 15,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Відвар насіння або листя: 4,0—150,0; або одна чайна ложечка на неповну склянку окропу; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Любка (Convallaria majalis) — див. *Конвалія звичайна.*

Любка дволиста (Platanthera bifolia), любка зеленоцвіта (Platanthera chlorantha) — див. у статті *Зозулинець чоловічий.*

Люлюк (Hyosciamus niger) — див. *Блекота чорна.*

№ 106. Льон посівний, льон-довгунець (Linum usitatissimum); з лікувальною метою використовують його насіння.

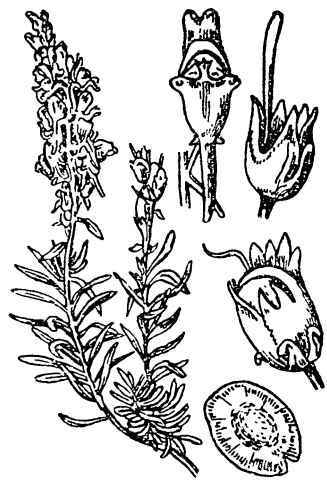
Льон посівний, або льон-довгунець — однорічна рослина з родини льонових, дуже поширена в культурі. Як волокнисту й олійну рослину, льон-довгунець вирощують на Україні, в Білорусії, на Поволжі, на Північному Кавказі та в Середній Азії.

У науковій медицині використовують насіння льону всередину як легкий проносний засіб у вигляді слизу, який одержують від збовтування товченого насіння з гарячою водою, а також і як обволікаючий і пом'якшувальний засіб. Порошок з насіння застосовують для припарок.

У народній медицині всередину вживають відвар з насіння льону-довгунця при бронхіті (як відхаркувальний

засіб) та при хронічних катарах шлунка, а при болі в ньому від проковтування чого-небудь їдкого — олію з насіння.

Крім того, лляну олію, змішану з вапновим «молоком», застосовують і як зовнішній засіб від опіку. Відвар з сім'я застосовують, як зовнішній засіб, при ранах або виразках у роті (для полоскання), а у вигляді мазі цей відвар застосовують при нарівах, щоб вони швидше визрівали.



Мал. 58. Льонок звичайний.

Свіжа трава льону-довгунця має **отруйні** властивості, вона шкідлива навіть для скотини, тому її не рекомендують для внутрішнього вживання.

Спосіб застосування. *Відвар з насіння* (для слизу): одна частина насіння (не товченого) на 30 частин окропу, або інакше: 3 *г* насіння на 90 *мл* окропу, або дві чайні ложечки сім'я на склянку окропу; збовтувати протягом 15 хвилин, потім процідити крізь полотно.

№ 107. Льонок звичайний, дикий льон, зайців льон, жабрій, чистець, польовий муріг (Linaria vulgaris); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Льонок звичайний (мал. 58) — багаторічна трав'яниста рослина з ранникових. Поширений майже по всій території Радянського Союзу, зокрема на Україні, на Кавказі, в Середній Азії, Сибіру та на Далекому Сході, а також у зарубіжній Європі, в Китаї та в Америці. Росте на луках, схилах та в рідких лісах.

Ця рослина досягає заввишки до 90 *см*, у неї просте стебло, лінійно-ланцетні листки й сіро-жовті квітки. Квітки з шпорами, оранжевого кольору, зібрані в густі кінцеві китиці, що звужуються, з прилистками і мають своєрідну форму, з закритим зівом. Плоди — коробочки з плоским чорним насінням.

Ця трава в свіжому вигляді має неприємний запах, який не зменшується, а навіть посилюється при сушінні. Смак її гострий, солонувато-гіркий.

Льонок звичайний знають у народі, як ніжний проносний, протизапальний, потогінний, сечогінний, жовчогінний, вітрогінний і взагалі, як засіб, що регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту.

Хоч наукова медицина й не визнала льонок за лікарську рослину, проте з досвіду народної медицини видно, що він заслуговує на увагу, тому що добре допомагає при запорах, навіть хронічних (якщо його препарати довго вживати), при здутті живота з болем і навіть при атонії (слабкості) кишечника. Краще, якщо вживати не простий відвар трави цієї рослини, а згущений до половини, подібний до екстракту. Такі ліки з трави льонку особливо необхідно вживати при проносі й нетриманні сечі.

До речі, в народі при здутті в кишечнику, при хворобах печінки й нирок вживають і відвар і навіть чай з трави льонку (без дозування), заварюючи приблизно в кількості 10,0—200,0. В останньому випадку краще, якщо вживати ліки з трави льонку разом з квітками піскового цмину й косами (волоссям) кукурудзи.

Ліки з трави льонку іноді вживають всередину і як протигеморойний засіб, а також і від шкірних хвороб.

Та найчастіше ліки з трави цієї рослини застосовують зовнішньо, і перш за все від різних шкірних хвороб та від геморойних шишок.

В гомеопатії з трави льонку приготовлюють есенцію.

Квітки цієї рослини використовують у тібетській медицині.

Способи застосування. *Згущений відвар:* 20,0—200,0; вживати по одній чайній ложечці, три рази на день, а як проносний засіб — по 2—3 чайні ложечки, наніч.

Відвар-суміш для очей: взяти по 20 г трави льонку, квіток синіх волошок і квіток бузини й залити все це двома склянками окропу, настоювати протягом 8 годин, процідити крізь полотно й застосовувати у вигляді примочки або крапель. Ці ліки спиняють запалення, видаляють гноєтечу й поліпшують зір.

Відвар-суміш від хвороб печінки й нирок: взяти порівну трави льонку, квіток піскового цмину й кіс (волосся) кукурудзи, змішати все й заварити дві чайні ложечки цієї суміші на склянку окропу; вживати всередину, по одній столовій ложці, три рази на день.

Мазь проста: дві частини трави льонку (в порошку) змішати з п'ятьма частинами свинячого жиру, довго парити й видавити.

№ 108. Мак снотворний, або городній (Papaver somniferum); з лікувальною метою використовують його цвіт, головки й насіння.

Мак — рід трав'янистих рослин з родини макових. Відомо понад 125 видів, поширених у Європі, Азії та Африці. В Радянському Союзі — понад 30 видів, зокрема на Україні — 13.

Найціннішим з усіх видів маку є снотворний, або городній мак. Цю рослину всі добре знають, тому нема потреби наводити тут докладний ботанічний опис її.

Лікарське значення снотворного маку зумовлюється наявністю в його молочному соку (опіумі) цінних алкалоїдів, які часто застосовують у медицині, як болетамувальні, заспокійливі й снотворні засоби.

На Україні в народі використовують посівний мак (бідний на алкалоїди). Опіум — це молочний сік, що витікає з надрізаної (ще зеленої) головки маку, швидко висихає й перетворюється на густу бурувато-коричневу масу. Вживати опіум рекомендується тільки за призначенням лікаря.

У народній медицині використовують не тільки молочний сік маку, але й його квітки й насіння.

Свіжий сік з макових головок у народі застосовують від укусів комах; припарки з головок, а також з листя — від всякої ломоти і взагалі, як зовнішній болетамувальний засіб.

Якщо насіння маку розтерти й розвести водою, то виходить біла, схожа на молоко рідина, яку в народі називають маковим молоком і вживають всередину у великих дозах (по півсклянки, 3—4 рази на день) при геморої й сильному запаленні легень. Макове насіння входить також до складу глистогінних засобів.

Але найбільшу увагу приділяють квіткам маку, які для лікувальної мети краще збирати з дикого та з падалішнього маку. Сушити пелюстки квіток треба в тіні, розкладаючи їх тоненьким шаром, щоб вони не попсувалися.

Сухі пелюстки макових квіток, потерті на порошок, вживають при хворобах шлунка (особливо при катарах його) у вигляді простого відвару, а пелюстки, потерті на порошок і зварені на молоці або на меду, чи як настойку

на горілці — від всяких спазмів, від безсоння взагалі, або, зокрема, при розумовій перевтомі.

Відвар макових квіток на молоці вживають від коклюшу й при корі (щоб спричинити висип) та від хвороб сечового міхура або сечівника, а також при дизентерії й проносі у дітей.

Відвар макових квіток на меду корисно вживати при посиленій (ненормальній) загальній пітливості.

Застосовувати ці засоби лікування в долікарський період, коли це потрібно швидко, легко може всякий, у кого є напохваті заготовлені квітки й насіння маку, ці засоби цілком допустимі як безпечні й зручні для дітей.

Бажано, щоб наука перевірила й обгрунтувала цю народну лікувальну практику.

Способи застосування. *Відвари квіток:* 1) на воді або на молоці: 10,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день, а від безсоння — за півгодини до сну;

2) на меду: розводять одну—дві чайні ложечки меду на склянку води, в цьому розчині кип'ятять протягом 5—10 хвилин дві чайні ложечки порошку з пелюсток макових квіток і потім вживають по одній чайній ложечці, три рази на день.

Настойка на горілці: 10,0; по 15 крапель, три рази на день, а від безсоння — за півгодини до сну.

Порошок: по одній пучці (тобто близько 3 *г*), три рази на день, перед їдою.

Маковійник (Althaea officinalis) — див. *Рожа лікарська.*

Мала материнка (Thymus serpyllum) — див. *Чебрець боровий.*

№ 109. Малина звичайна (Rubus idaeus); з лікувальною метою використовують її ягоди, цвіт і листя.

Малина — кущова рослина з родини розових. Поширена в дикому стані в лісовій смузі Європейської частини Радянського Союзу й зокрема на Україні та в Сибіру. Її широко вирощують у Радянському Союзі й зокрема повсюди на Україні, але для лікарського застосування в науковій медицині потрібні плоди (а в народній медицині також цвіт і листя) не з культурної, а з дикорослої малини. Необхідно навести тут точний ботанічний опис дикорослої малини й зазначити, якими відмітними особливостями вона відрізняється від культурної малини.

Стебла і в дикорослої, і в культурної малини покриті шипами або щетинками, які у дикої білуваті, а в культурної — червонуваті.

Листки зверху темно-зелені, знизу — білуваті від волосків, що покривають їх. Квітки також білі, дрібні, зібрані в трохи пониклі суцвіття, сидять на верхівках стебел або в пазухах листків. Плоди — дрібні костянки, що зрослися в загальний складний плід, майже овальної форми, схожий на плід ожини.

Дикорosла малина відрізняється від культурної плодами: її костянки не так щільно зростаються, як у культурної, легко відокремлюються від свого кінцевого квітколожа й при дозріванні й зриванні легко висипаються. У дикорослої малини ягоди пахнуть дужче, ніж у культурної.

Плоди малини мають потогінну силу, заради чого їх і застосовують у науковій медицині, вводячи їх також і до складу потогінних чаїв № 1 і № 2.

У народній медицині використовують малину, яку вирощують, тобто ту, яка є у людей напохваті. Плоди її, як потогінний засіб, вживають при грипі, крупі, простуді, хронічному ревматизмі та при корі (щоб спричинити висип). В останньому випадку вживають відвар ягід малини з медом.

Зовнішньо застосовують відвар для полоскання при хворобах горла (при набряку й запаленні). Відвар квіток вживають всередину від гарячки. З сухого листя малини готують відвар для примочки, а з свіжого потовченого листя роблять мазь, яку застосовують при шкірних хворобах (від вугрів та різних висипів).

Способи застосування. *Відвар ягід:* 30,0—200,0; настоювати після заварювання протягом 20 хвилин; пити на ніч, як потогінний засіб, по дві склянки за один раз, а в інших випадках — по одній склянці, два рази на день.

Відвар для полоскання: 10,0—200,0.

Відвар квіток: 20,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

Мазь із свіжого листя: одна частина соку на 4 частини коров'ячого масла або вазеліну.

Мальва лісова (Malva silvestris) — див. *Калачики лісові.*

№ 110. Маренка запашна, мар'янка, смілка пахуча (Asperula odorata); з лікувальною метою використовують її траву.

Маренка запашна (мал. 59) — багаторічна трав'яниста рослина з родини маренових. Поширена в середній смузі Європейської частини Радянського Союзу й зокрема на Україні — в Лісостепу та на Поліссі. Росте в тінистих лісах, заростях, на вологому перегнійному грунті.

Стебло в запашної маренки прямостояче, голе, чотиригранне, заввишки до 60 *см*, з повзучими пагонами при основі. Нижні листки в кільцях, 4—6-членні, лопатчасті; верхні також у кільцях, але 8-членні, ланцетні, гострокінцеві, по краях шорсткі, темно-зелені; під основою кільця міститься волосистий поясок. Суцвіття у вигляді вер-

Мал. 59. Маренка запашна.

Мал. 60. Материнка звичайна.

хівкового малоквіткового щитка; звичайно воно складається з напівзонтиків; квітки дрібні, звичайно білі (під час сушіння чорніють). Плід покритий гачкуватими щетинками.

Вся рослина пахне кумарином або свіжим сіном; цвіте в червні — липні. Збирають траву, коли рослина вже кінчає цвісти, й навіть пізніше. Сушити її треба швидко, щоб вона не почорніла, й зберігати в сухому місці. До речі, треба вважати цілком природним, якщо при правильному сушінні трава все-таки трохи темніє, лише почасти зберігаючи свій зелений колір.

Запашна маренка містить у собі кумарин та гірку дубильну речовину. Відвар з трави цієї рослини має злегка проносну й, головним чином, сечогінну властивості, а також допомагає розчиненню й видаленню піску й каменів — жовчних і сечових. Саму цю траву для лікувальної мети рідко застосовують у народі, але в складі сечогінних засобів вона дуже зручна як ароматична речовина, що поліпшує лікарський напій. Траву самої тільки маренки варять у кількості 10—15 *г* на п'ять склянок води й п'ють по півсклянки, 3—4 рази на день, а також додають до засобів, які поліпшують обмін речовин.

Зовнішньо відвар з трави цієї рослини застосовують як примочку на рани та як компрес на нариви.

Мар'янка (Asperula odorata) — див. *Маренка запашна.*

Маслинка (Elaeagnus angustifolia) — див. *Лох.*

Материнка (Thymus serpyllum) — див. *Чебрець боровий.*

№ 111. Материнка звичайна, лебідка, блошниця (Origanum vulgare); з лікувальною метою використовують її траву.

Це багаторічна рослина (мал 60) з родини губоцвітих. Поширена майже по всій території Радянського Союзу, за винятком Крайньої Півночі, в тому числі й на Україні. Росте на пагорбах, у сухих лісах, на узліссях, між чагарниками та в лісах.

Кореневище у материнки дуже гіллясте, стебла численні (від одного кореня), прямі, чотиригранні, червонуваті, заввишки до 80 *см.* Вся рослина пухнасто-шерехата. Листки супротивні, черешкові, довгасто-яйцевидні, загострені, зверху темно-зелені, знизу — світло-зелені, з дрібненькими чорними крапками, що просвічуються.

Цвіте материнка з червня по серпень, а іноді й по жовтень. Плоди, що дозрівають у кінці серпня, червонувато-бурі або буруваточорні, сплюснуто-яйцевидні, чотиригорішкові, а квітки — фіолетово-рожеві, дрібні, сидять у пазухах приквіток. За своїм ароматом і забарвленням квіток материнка схожа на чебрець, і тому вона й популярна, як і чебрець, дуже побутова. Її застосовують для набивання подушок покійникам, проти молі в одязі й хутрі, для садіння бджіл у вулики. Цю траву збирають під час цвітіння.

Материнка містить у собі дубильну речовину та ефірну олію.

Застосовують цю рослину як відхаркувальний і як такий, що регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту й зміцнює його, а також як заспокійливий, протиспазматичний і знеболюючий, кровоспинний і частково, як потогінний засіб.

У науковій медицині цю лікарську рослину застосовують у вигляді відвару при хворобах дихальних шляхів як відхаркувальний засіб, а як зміцнювальний засіб — при атонії кишок; вона входить також до складу грудних потогінних чаїв.

У народній медицині цю рослину застосовують ширше.

Внутрішньо як відхаркувальний і потогінний засіб її вживають при різних простудах, від ядухи та хвороб горла, при атонії (в'ялості) кишечника й недостачі шлункового соку, а також як протиспазматичний, кровоспин-

ний і заспокійливий засіб при всіх жіночих хворобах, при кровотечах, маткових припадках, від незрозумілої судоми й болю в нижній частині живота, після запаморочення (для зміцнення), при загальній слабкості і навіть при душевних недомаганнях (як заспокійливий та освіжаючий засіб) — і взагалі для піднесення тонусу (енергії) життя організму.

Зовнішньо материнку застосовують при головному болі й безсонні (обмивати голову відваром), з неї готують ванни для дітей, хворих на золотуху та рахіт, роблять компреси на нариви й опухи; настойку прикладають до хворого зуба, олію (так звану «хмельову») застосовують від гикавки (намазувати нею горло ззовні, вдихати, а іноді й вживати всередину по 2—3 краплі, три рази на день).

Застосовують материнку також і у вигляді порошку— від нежитю (нюхати).

Способи застосування. *Відвар:* 15,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день. Це при в'ялості кишечника та при маткових припадках; при вагітності відвар материнки не можна вживати.

Настойка: 20,0; по 20 крапель, три рази на день.

Олія з материнки: жменю дрібно порізаної трави заливають половиною літра прованської (або соняшникової) олії, настоюють протягом 8 годин, проціджують і видавлюють. Кладуть у клаптику вати на хворий зуб, всередину вживать по 2—5 крапель.

Ванни: 50 *г* трави материнки на відро води.

Суміш 1-ша: трави материнки — 1 частина,
підбілу — 2 частини,
коріння рожі лікарської — 2 частини.

4 чайні ложечки цієї суміші беруть на дві склянки окропу; вживають по півсклянки, 4 рази на день.

Суміш 2-га: трави материнки — 1 частина,
підбілу — 2 частини,
ягід малини — 2 частини.

Заварити й вживати цю суміш треба так само, як і першу.

Мати-й-мачуха (Tussilago farfara) — див. *Підбіл.*

Маточник (Melissa officinalis) — див. *Меліса лікарська.*

Маун (Valeriana officinalis) — див. *Валеріана лікарська.*

№ 112. Мед хоч і не є рослина, але як речовина, яку бджоли добувають з рослин, має безумовно багато фармакологічних якостей рослин. Його не заперечує наукова медицина, проте лікарі мало коли застосовують його з лікувальною метою. Мед, який застосовують для медичної мети, завжди треба суворо перевіряти, щоб у ньому не було ніяких домішок, щоб це був не штучний, а чистий бджолиний мед. Саме тому Державна фармакопея СРСР (див. 7-е видання її) пред'являла суворі вимоги до меду, коли приймала його до ряду медичних речовин (як легкий проносний засіб). У 8-е видання Державної фармакопеї СРСР мед не включено.

У народній медицині цей цінний харчовий продукт, який має високі дієтичні якості, визнається й лікарським засобом у дуже багатьох випадках.

Мед, розведений, як чай (одна чайна ложечка на склянку води), в народі часто вживають як протизапальний і відхаркувальний засіб: при бронхіті, запаленні легень та при інших грудних хворобах. Як засіб, який дуже зміцнює й оздоровлює весь організм, мед здавна визнано в народній медицині добрим підсобником у боротьбі організму з туберкульозом легень. Його вживають або в поєднанні з свіжим соком моркви, або з молоком, по 100—150 *г* на день і часто досягають добрих наслідків. Помічено, що мед має освіжаючу, очисну й зміцнювальну властивості при задишці, гарячці й катарах взагалі.

Мед, коли його вживають всередину, регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту, рятує від виразкової хвороби шлунка й кишок, корисний при жовчнокам'яній хворобі та при запаленнях печінки, а також, якщо його вживати як додаток до основних препаратів (з череди, лопуху та лепехи), допомагає при золотусі. Вживання меду замінює вливання глюкози, тому що мед сам є природною глюкозою, поєднаною з багатьма іншими дуже важливими для організму речовинами, зокрема, вітамінами, яких у ньому багато.

Не менш корисним є й зовнішнє застосування меду. Мед, застосований у вигляді примочки, тамує запалення очей і навіть зганяє з них катаракту (більмо), якщо вона тільки не застаріла. 20%-ний розчин меду, якщо його втягувати в ніздрі, рятує від хронічного нежитю й навіть від озени, смердючого нежитю. При шкірних хворобах,

злоякісних ранах і виразках та при опіках (навіть поблизу очного яблука) це найкраща і разом з тим найпростіша мазь. Розведений і застосований у формі клізми, мед допомагає від глистів. Якщо ним полоскати горло, зменшується біль (коли важко ковтати) взагалі й, зокрема, при дифтериті (у цьому випадку мед треба намазувати на папір і прикладати до хворих місць). Так само, як і солодковий корінь, мед допомагає від хрипоти (треба полоскати горло й пити).

Як складова частина якої-небудь мазі, мед зменшує запалення при опіку, прискорює проривання нариву, а якщо ним помазати ясна дитині, він допомагає прорізуванню зубів у неї.

Треба ще сказати, що мед, завдяки тому, що в ньому є глюкоза й багато вітамінів, є й добрим цілющим підсобником у багатьох мікстурах, до того ж він ще й поліпшує смак ліків. У народній медицині мед додають до багатьох трав і при різних хворобах.

Способи застосування. *Відвар-розчин* (примочка для очей): одна чайна ложечка чистого меду на склянку води, кип'ятити протягом 5 хвилин.

Для внутрішнього вживання: готувати так само, як і примочку для очей, тільки пити по 2—3 столові ложки, 4 рази на день.

Медівка, медова трава (Melissa officinalis) — див. *Меліса лікарська.*

Медівник (Galium verum) — див. *Підмаренник справжній.*

Медуниця (Spiraea ulmaria) — див. *Таволга в'язолиста.*

№ 113. Медунка лікарська, або звичайна, щемелина звичайна, воловий язик, дзвоники, легенева трава (Pulmonaria officinalis); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Медунка лікарська (мал. 61) — рід багаторічних рослин з родини шорстколистих. Зустрічається на території Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, а також у Середній і Західній Європі та в Скандінавії Росте в заростях, серед чагарників та в листяних лісах.

Рослина шершава від коротких жорстких волосків на ній, досягає заввишки 15—30 *см.* Прикореневі стеблові листки яйцевидні, загострені, іноді з білими плямками, з крилатими, досить довгими корінцями, самі листки також довгі, в два рази довші за свою ширину. Квітки у верхньому суцвітті червоні, рожеві, потім стають фіолето-

вими, а після цього синіми — залежно від періоду розвитку квітки. Оцвітина подвійна, чашечка зелена, п'ятизубчаста, віночок трубчасто-лійчастий, тичинок п'ять, маточка одна. У зіві віночка п'ять пучків волосся. Рвати траву треба під час цвітіння й швидко сушити її, щоб вона не почорніла.

Крім медунки лікарської, є ще медунка темна (Pulmonaria obscura), яка нічим — ні ботанічними особливостями, ні лікарськими властивостями — не відрізняється від лікарської медунки. Росте темна медунка на Кавказі.

Мал. 61. Медунка лікарська.

Обидва види медунки містять у собі слиз і дубильні речовини, і завдяки тому, що ці рослини виявляють слизову, пом'якшувальну й злегка в'яжучу дію на легені, їх успішно застосовують у народі від легеневих хвороб (звідки й одна з народних назв цих рослин: легенева трава). Помічено також, що медунка має ще властивість відхаркувального засобу, тому вона корисна при всіх грудних хворобах і особливо при гнійному запаленні легень, при кровохарканні та хрипоті.

За деякими даними, медунка корисна й при шлункових хворобах (проносах, різі в животі, засміченні шлунка та при запорі). Крім того, медунка, якщо зовнішньо застосовувати відвар з неї, так само, як і корінь лопуху, певною мірою запобігає випаданню волосся, а також допомагає ростові його.

Третій вид цієї рослини — медунка м'яка (Pulmonaria mellissima), яка поширена в Сибіру. У народі її використовують як кровоспинний і знезаражуючий засіб.

Способи застосування. *Простий відвар трави:* 10,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Складний відвар 1-й: дві столові ложки подрібненого листя медунки на літр пива, додати одну столову ложку меду і все це виварити до половини; вживати по 1—2 чайні ложечки, три рази на день, перед їдою (запиваючи водою). Це ефективний засіб при хворобах легень.

Складний відвар 2-й: змішують порівну медунки, подорожника, шавлії, золототисячника та полину, беруть одну столову ложку цієї суміші на склянку окропу й додають одну столову ложку меду, варять, проціджують і доповнюють до склянки. Вживають по одній столовій ложці, три рази на день, перед їдою. Цей відвар допомагає не тільки при хворобах легень, але й при хворобах сечового міхура та від геморою.

Медяник (Primula officinalis) — див. *Первоцвіт лікарський.*

№ 114. Меліса лікарська, лимонна м'ята, лимонна трава, ройовик, роївник, медівка, медова трава, бджолина трава, маточник (Melissa officinalis); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Меліса (мал. 62) — багаторічна рослина з родини губоцвітих. Зустрічається в районах Нижньої Волги, в Криму і на Кавказі; її також і вирощують — на Україні, а також на Кавказі та в Середній Азії (здебільшого для бджіл).

Стебло у меліси прямостояче, чотиригранне, злегка волохате, або м'яковолосисте, розгалужене, заввишки до 60 *см.* Листки супротивні, довгочерешкові, яйцевидні, слабкозморшкуваті, по краях зубчасті, у верхівці загострені, зверху темно-зелені, знизу — сірувато-зелені, по краях усипані червоними крапками. Листки, якщо їх потерти, мають запах лимона, тому рослину й називають ще лимонною м'ятою чи лимонною травою. Квітки середньої величини, сидять у пазухах верхніх листків у вигляді пухких півкілець, світло-фіолетові, рожеві, а іноді білі. Зрілі плодики — світло-бурі, дрібні горішки.

Цвіте меліса в липні — серпні. На початку цвітіння збирають саме тільки листя цієї рослини (для відварів), а іноді листя з стеблами (щоб вигнати олії).

Хімічний склад меліси: ефірна олія, гіркота і дубильні речовини; є в ній також і вітамін С. У фармакологічному відношенні ця рослина корисна як вітрогінний, сечогінний і такий, що поліпшує травлення, а також і як заспокійливий засіб.

У науковій медицині використовують лише олію з меліси.

У народній медицині мелісу застосовують значно ширше — і її траву (у відварах), і олію з неї, а іноді (при паралічі й подагрі) з неї роблять і настойки на спирті або горілці (для зовнішнього застосування).

Відвар трави меліси, коли його вживають всередину й застосовують зовнішньо, допомагає при запаморочен-

Мал. 62. Меліса лікарська.

Мал. 63. Миколайчики сині.

нях, сильному болі в шлунку, від переляку та інших нервових потрясінь, як заспокійливий засіб, а також при постійних знепритомленнях та істеричних припадках (входить до складу аналогічних заспокійливих засобів).

Олію з меліси застосовують при хворобах серця (при серцебитті), від ревматичної ломоти і взагалі як потогінний засіб, який вживають всередину в середній кількості (не більше, як по 15 крапель), а також як засіб, який регулює місячні в жінок (при мізерних менструаціях), і особливо як оздоровлюючий засіб при хворобах матки.

Меліса входить також і до складу ароматичних ванн та засобів для поліпшення обміну речовин в організмі й для зміцнення при занепаді сил.

Способи застосування. *Відвар:* 10,0—15,0 на 200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка (на спирті або горілці): 25,0 для зовнішнього застосування, а для внутрішнього вживання — по 15 крапель, три рази на день.

Суміш для ароматичних ванн: по 20 *г* меліси, деревію, полину, материнки, коріння лепехи, перцевої м'яти і соснових бруньок, протягом 30 хвилин варити все в закритій посудині в 10 *л* води. Температура ванни повинна дорівнювати 37—38°, купати протягом 15—20 хвилин.

№ 115. Мигдаль звичайний, або гіркий (Amygdalus communis); з лікувальною метою використовують його плоди й олію.

Мигдаль звичайний — невисоке дерево (заввишки до 8,5 *м*) або кущова рослина з родини розових. У дикому стані зустрічається в Туркменистані та в Південному Казахстані, а вирощують його в Криму, на Кавказі та в Середній Азії.

Цю рослину з її блідо-рожевими (а іноді білими) квітками й фруктами у вигляді яйцевидної костянки з шкірястим волосистим і неїстівним оплоднем добре знають туркмени, а в Європейській частині Радянського Союзу, де цю рослину вирощують, її знають і інші народи.

З двох різновидностей мигдалю — солодкого й гіркого, останній більше придатний для лікувальної мети. З гіркого, а також із солодкого мигдалю виробляють олію.

У науковій медицині мигдалеву олію мало застосовують — лише як проносний і як пом'якшувальний для шкіри тіла засіб.

Як помічено з народного досвіду, мигдалева олія має на організм заспокійливу, болетамувальну, протизапальну й відхаркувальну дію, а також регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту. Крім того, ця олія має ще очисну, освіжаючу та протигнильну дію. Тому її досить успішно вживають як заспокійливий засіб при серцевих хворобах (при серцебитті) всередину, по 6—7 крапель, три рази на день, а іноді й по одній чайній ложечці, а плодів — по 3 штуки, але без кісточок, тому що вони отруйні.

При головних і вушних хворобах мигдалеву олію як болетамувальний засіб закапують у вухо. Як протизапальний і відхаркувальний засіб, мигдалеву олію вживають всередину при хворобах горла, при запаленнях різних внутрішніх органів і особливо при запаленні легень, а зовнішньо застосовують від всяких опухів — простих і з запаленням та від пролежнів.

Корисний мигдаль також і для апетиту, від вітрів та від засмічення шлунка.

Усе це відомо лише в народі, а наука ще не підтвердила цього.

Способи застосування. *Мигдалеву олію* можна видавлювати й самим за допомогою холодного преса; вживати всередину по 3—7 крапель; у вухо капати по 6—8 крапель, затуляючи вухо клаптиком вати.

№ 116. Миколайчики сині, будяк синій (Eryngium planum); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Миколайчики сині (мал. 63) — багаторічна рослина з родини зонтичних Росте поблизу доріг, у долинах, на полях, на піщаному, вапнистому, трохи вологому грунті, між чагарниками — в помірній і теплій смугах Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, на Кавказі, в Середній Азії та в Західному Сибіру, а також у Середній і Південній Європі.

За перший рік зростання рослини у неї розвиваються лише листкові розетки біля основи стебла, цвіте ж вона на другому році життя з червня по жовтень. На початку року ця рослина зелена, а потім стебло стає спочатку білуватим, а згодом набуває синьо-стального кольору. Це відмітна риса при визначенні цієї рослини.

Стебло у синіх миколайчиків пряме, гіллясте, заввишки до 30—60 *см*. Прикореневі листки суцільні, довгасто-овальні, серцевидні, з косими шиповидно-загостреними зарубками; верхні стеблові листки 3—5-роздільні, колючо-зубчасті. Квітки в яйцевидних головках, зібраних у щитковидне суцвіття. Листочки-обгортки вузьколанцетні, по краях з рідкими шипами, які не довші за головку. Квітки голубуваті, дрібні. Збирають траву під час цвітіння рослини.

Трава цієї рослини містить у собі сапоніни, мильну речовину відхаркувальної дії, а також таніди — речовини, які мало чим відрізняються від таніну, і, крім того, ефірну олію (0,25%).

З 1932 р. сині миколайчики почали застосовувати в науковій медицині як добре випробуваний і ефективний засіб при подразному кашлі та коклюші (чай з трави).

У народній же медицині цю рослину давно знають як відхаркувальний і заспокійливий засіб при хронічному

бронхіті та коклюші, при переляці й безсонні й навіть як болетамувальний засіб при зубному болі (відвар, полоскання або настойка на зуб).

Способи застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, 4 рази на день.

Настойка: 15,0 (для зовнішнього застосування на зуб).

№ 117. Мильнянка лікарська, мильниця, мильна трава, мильний корінь, собаче або татарське мило, стягач (Saponaria officinalis); з лікувальною метою використовують корінь цієї рослини.

Мал. 64. Мильнянка лікарська.

Мильнянка лікарська (мал. 64) — багаторічна трав'яниста рослина з родини гвоздикових. Росте по берегах річок, заливних луках, на узліссях, між чагарниками, на засмічених полях і городах, часто й поблизу житла — майже по всій території Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні.

Кореневище у мильнянки повзуче, досягає 35 *см* завдовжки, гіллясте, досить тонке, зовні червонувато-буре. Стебло прямостояче, заввашки 30—90 *см*, просте (тобто голе), але в верхній частині (а іноді й на середині) гіллясте, округле. Листки супротивні, довгасті, овально-ланцетні або еліптичні, з трьома-п'ятьма жилками, гострі, по краях шорсткі, з короткими черешками. Квітки зібрані в щитковидно-волотисте суцвіття. Пелюстки квіток рожеві або білі, пахучі.

Плоди у мильнянки — довгасто-яйцевидні коробочки, в яких багато насіння. Цвіте мильнянка з половини червня до вересня. Корені мильнянки копають після того, як рослина відцвітеться, восени або рано навесні. Дрібні корінці відкидають. Корені мають смак спочатку солодкувато-слизистий, а потім пекучий або гіркувато-дряпливий; запах приємний.

У корені мильнянки є сапоніни (мильні речовини), тому відвари кореня цієї рослини піняться, наче мило, і завдяки цьому їх іноді використовують для миття ніжних вовняних і шовкових тканин.

У науковій медицині мильнянку мало застосовують. Як сильний відхаркувальний засіб, вона корисна при всіх хворобах дихальних шляхів (при бронхіті, коклюші та ін.).

З народного досвіду відомо, що мильнянка допомагає не тільки в таких випадках запалень, але також і при запаленнях носоглотки (при грипі, ангіні та хронічному нежиті).

Раніше мильнянку вважали могутнім засобом від подагри, а тепер цю рослину вважають корисною при черевній водянці, як сечогінний засіб, але для цього необхідно повторно вимочувати її корінь (подрібнений) та видаляти подразливі речовини.

Крім того, що мильнянка є відхаркувальним і сечогінним засобом, вона має також і жовчогінну (від жовтяниці), потогінну й таку, що поліпшує обмін речовин в організмі, і навіть глистогінну властивості.

Помічено, що добрий наслідок дає вживання відвару кореня мильнянки при стійких і обширних шкірних хворобах, а при лускатому лишаї корисно застосовувати цей відвар зовнішньо як примочку або у вигляді мазі.

Відвар кореня мильнянки не без успіху застосовують у народі при всіх шлунково-кишкових хворобах, а також при хворобах нирок, печінки й селезінки. В останньому випадку краще поєднувати відвар мильнянки порівну з відваром кори козячої верби.

Корінь мильнянки застосовують і як зовнішній засіб і при зубному болі (жувати), при ангіні (для полоскання), при затвердінні залоз (кладуть примочку-компрес), від нежитю (втягують відвар кореня в ніздрі).

Все це — і народний досвід і досвід окремих лікарів— потребує суворої наукової перевірки.

Способи застосування. *Настій* (8-годинний, на воді): 6,0 або 10,0 на 200,0; вживати по одній столовій ложці, 4—6 раз на день.

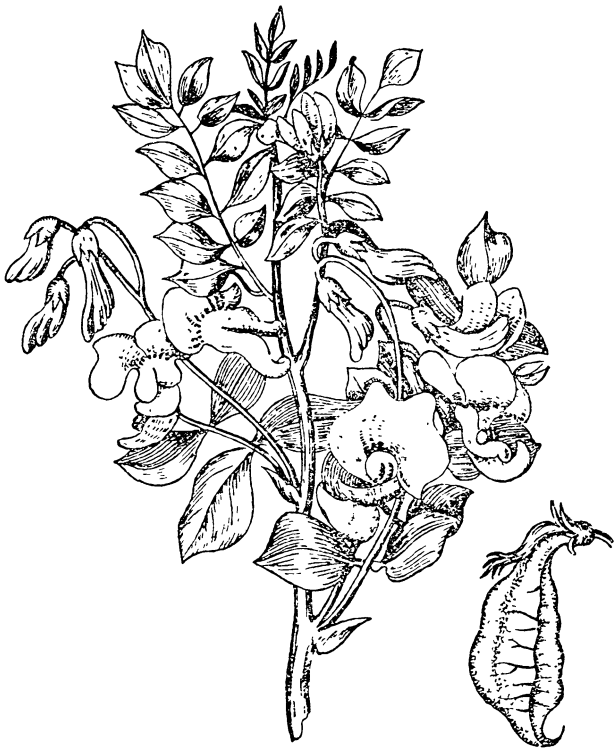
Відвар: готувати в такій самій кількості, як і настій; для цього відвару, який є відхаркувальним засобом, не треба вимочувати корені й видаляти піну. Коли ж для інших випадків доводиться вимочувати корені мильнянки, їх треба дрібно порізати й вимочувати у воді по 5—6 годин, кілька разів зливаючи піну; вимочені корені висушують і роблять з них відвар за зазначеним вище способом.

Мисочки (Capsella bursa pastoris) — див. *Грицики звичайні.*

Мишатник, миш'як (Thermopsis lanceolata) — див. *Термопсис ланцетний.*

№ 118. Міхурник деревовидний (Colutea arborescens); з лікувальною метою використовують його стручки.

Міхурник деревовидний (мал. 65) — кущова рослина з родини бобових, заввишки до 5 *м*. Його вільно вирощують на півдні нашої



Мал. 65. Міхурник деревовидний.

країни, в Криму та на Кавказі. Походить ця рослина з Середньої і Південної Європи.

Листки в міхурника непарноперистої, з еліптичними зрізаними тупими листочками. Квітки метеликові, великі, яскраво-жовті; чашечка дзвоникувата. Плоди — здуті, наче міхурі, боби, замкнуті на верхівці, завдовжки 5—6 *см*, завширшки — 2—3 *см*.

Насіння деревовидного міхурника хоч і містить у собі отруйний алкалоїд цегизин, який різко збуджує дихання, але, очевидно, в малій дозі, й тому це насіння була визнала й наукова медицина, за його проносні властивості,

і його завжди домішували до олександрійського листя (до листя сенни).

Настій з стручків (а іноді й з листя) деревовидного міхурника можна вживати і без олександрійського листя, і в народній медицині цим настоєм часто замінюють олександрійське листя. Цей настій не спричинює в животі різі, яка буває при вживанні олександрійського листя, тільки вживати його необхідно у великих дозах.

У науковій медицині останнім часом деревовидний міхурник чомусь не застосовують.

Спосіб застосування. *Настій або відвар:* 20,0—200,0; вживати всередину, за один раз, перед сном.

Молодило (Sedum acre) — див. *Очиток їдкий.*

Молочай жовтий (Chelidonium majus) — див. *Чистотіл звичайний.*

Моріжок (Polygonum aviculare) — див. *Спориш звичайний.*

№ 119. Морква (Daucus carota); з лікувальною метою використовують коренеплід і насіння.

Морква — дворічна рослина з родини зонтичних, одна з найважливіших овочевих культур, поширена повсюди. За перший рік життя рослина утворює коренеплід і прикореневу розетку пірчасторозсічених листків, а за другий рік розвиває стебло і дає насіння. Квітки білі, зібрані в складний зонтик.

У коренях моркви міститься до 9% провітаміну А (каротину), і тому тепер ця овочева культура є основною рослинною сировиною, з якої добувають вітамін А, і дуже корисним харчовим продуктом у свіжому, сухому й консервованому вигляді.

У науковій медицині моркву з лікувальною метою застосовують дуже обмежено: є препарат під назвою даукарин, який виготовляють з насіння моркви і вживають проти коронарної недостатності.

У народі моркву вживають ширше. Перш за все її вживають (у супі) для запобігання глистам і щоб вигнати їх. Сік-сироп з моркви вживають як проносний засіб при запорах.

З народного досвіду також помічено, що морква має сечогінну й розчинну дію при каменях і піску в сечовому міхурі. Для цього звичайно застосовують коренеплід моркви, але набагато кращий лікувальний ефект дає насіння моркви, особливо дикої, яка росте іноді й на городах, але частіше поблизу доріг, на полях і на сухих луках.

Порошок або відвар з насіння моркви вживають також при нестравленні шлунка і як вітрогінний засіб. Та в основному ці ліки вживають при нирковокам'яній хворобі.

Зовнішньо коренеплід моркви застосовують при опіках (жмаки), при раку (сік всередину й зовнішньо) та при ранах — свіжих і гнійних (від запалення).

Способи застосування. *Порошок з насіння:* 1 *г*, за три рази протягом дня.

Відвар (краще з насіння, а не з коренеплоду): одна столова ложка на склянку окропу, парити всю ніч у духу; вживати гарячим, по три склянки на день.

Мороз-трава (Helichrysum arenarium) — див. *Цмин пісковий.*

Морська капуста (Laminaria sacharina) — див. *Ламінарія цукриста.*

Морська салата (Cochlearia arctica) — див. *Кохлеарія.*

№ 120. Морська цибуля (Urginea maritima); з лікувальною метою використовують цибулину (головку).

Мал. 66. Морська цибуля.

Морська цибуля (мал. 66) — дуже могутня багаторічна цибулинна рослина з родини лілійних. Поширена в дикому стані по берегах Середземного моря — від Португалії до Сирії, на Канарських островах і в Північній Африці. Немало її вирощують, як декоративну рослину, а також і для лікувальної мети і в нас — у Сухумі, Батумі та в інших місцях на півдні, де теплий клімат.

Головки у цієї цибулі часто досягають дуже великих розмірів, до 15 *см* у поперечнику і до 3 *кг* на вагу, але не раніше, як через 3—4 роки життя рослини. Головка за формою грушовидна, м'ясиста; з нижньої частини її відходять соковиті придаткові корені. Ззовні головка морської цибулі, так само, як і звичайної, городньої цибулі, одягнена сухими пергаментовидними лусками (лушпайками) червонобурого або білого (іноді з голубуватим відтінком) кольору, на підставі чого розрізняють червону і білу різновидності цієї цибулі.

Стебло в морської цибулі безлисте, у вигляді стрілки (цибка),

заввишки до 1 *м*, вгорі з великою китицею дрібних зеленувато-білих квіточок, схожих на квітки лілій. Листки (прикореневі) поздовжньо-ланцетні, сизувато-зелені; розвиваються весною і до початку цвітіння рослини вони звичайно повністю відмирають.

Головка білої різновидності морської цибулі, яку й використовують у науковій медицині, містить у собі глюкозид сциларен, який діє як серцевий і сечогінний засіб.

Червона ж різновидність морської цибулі може бути корисна в побуті лише для боротьби з гризунами—мишами, щурами та ін., для чого головки червоної морської цибулі застосовують у свіжому вигляді й дрібно порізаними.

До речі, в гомеопатії червону морську цибулю визнають корисною й для лікувальної мети, а з свіжої червоної різновидності морської цибулі готують есенцію.

Цікаво відзначити, що головка червоної морської цибулі небезпечна тільки для гризунів, а для інших тварин вона не шкідлива, тому вважається безпечною й для людини.

У медицині білу морську цибулю використовують у вигляді порошку, пілюль і настою (2,0 або 3,0 на 200,0) як серцевий засіб (при серцевій недостатності), часто разом з наперстянкою, а також як сечогінний (при водянці) та як відхаркувальний засіб (при бронхіті). Треба знати, що очищену від луски (лушпиння) й порізану на кусочки морську цибулю сушать на сонці, чого не можна робити з іншими рослинами.

Білу морську цибулю можна вживати й у вигляді порошку чи настою.

Способи застосування. *Настій* (на воді, протягом 8 годин): 2,0 або 3,0 на 200,0, або на склянку води; вживати по 0,3, або по десятій частині чайної ложечки чи по 6 крапель, п'ять раз на день.

Настойка: 15,0; по 10—15 крапель, 3—4 рази на день.

Порошок з цукром: морської цибулі — 0,06, цукру — 0,25; змішати, поділити на 12 порошків і по одному вживати 3—4 рази на день.

Вживати морську цибулю протипоказано при запаленні нирок.

№ 121. Мучниця звичайна, ведмеже вушко, брусничник, ведмежа ягода, вовчі ягідки та інші назви (Arctostaphylos uva-ursi); з лікувальною метою використовують листя цієї рослини.

Мучниця (мал. 67) — вічнозелена, з зимуючими листками, низька напівкущова рослина з родини вересових. Поширена в північних районах Європейської частини Радянського Союзу, в Сибіру та на Далекому Сході, а також у Північній Америці; на Україні зустрічається лише на Поліссі. Росте зеленими галявинами в соснових і смерекових лісах.

Стебла в мучниці сланкі, дуже гіллясті, з жовтою корою, з густо облиственими гілками (особливо на кінцях), з дрібними квітками,

Мал. 67. Мучниця звичайна.

зібраними в короткі пониклі китиці. Листки дрібні, шкірясті, схожі на листки брусниці (недарма на Україні цю рослину іноді називають брусничником), обернено-яйцевидної форми, причому треба звертати увагу на своєрідну ознаку цієї рослини. Після відмирання листків на гілках у частинах, що залишилися, утворюються бурі пластинки. Квітки з біло-рожевим віночком, схожим на глечичок. Плоди — кулясті, червоні, борошнисті костянки, що не мають смаку. Листя мучниці збирають під час цвітіння рослини — у травні — червні.

Щоб під час заготівлі мучниці звичайної не сплутувати її з дуже схожою на неї брусницею, треба знати відмітні ознаки обох цих рослин.

Брусниця росте здебільшого сланким кущиком, а мучниця звичайна — напівсланким. Листки у брусниці великі, злегка загнуті, трохи зубчасті, внизу усіяні темно-бурими крапками, чого нема в мучниці звичайної. Ягоди в брусниці соковитіші, коли їх розкушувати, а в мучниці звичайної вони не такі соковиті, а тільки вологі, з борошнистою масою.

У листках мучниці звичайної виявлено глюкозид арбутин (сильну діуретичну речовину), дезинфікуючий гідрохінон, що утворюється з нього (в організмі) та багато інших дубильних речовин, тому листя цієї рослини виявляє в'яжучу, сечогінну та знезаражуючу дію на організм.

У науковій медицині допущено до вживання відвар з листя мучниці звичайної, який рекомендують при запаленні ниркових мисок (пієліт) та сечового міхура (цистит) і який входить до складу сечогінних чаїв.

У народній медицині відвар з листя мучниці звичайної вживають не тільки при запаленнях нирок та сечового міхура й каменя у них, але й проти водянки. Цей відвар особливо охоче вживають у народі проти кривавої сечі при вищезгаданих хворобах та в сумішах мучниці звичайної з іншими лікарськими рослинами. У цих випадках мучниця звичайна відіграє головну роль.

Треба особливо відзначити, що ліки з листя мучниці звичайної допомагають не тільки при недугах нирок і сечового міхура, але й при нервових хворобах, до того ж ці ліки дають наслідок і тоді, коли їх виготовлено з самої тільки мучниці звичайної, і тоді, коли цю рослину змішано пополам з собачою кропивою. Заварюють або самої тільки мучниці звичайної, або суміші цієї рослини й собачої кропиви одну столову ложку на три склянки окропу, виварюють, поки не википить третина рідини й вживають майже по склянці, тобто весь завар за три рази, протягом дня.

Дуже корисно поєднувати (порівну) мучницю звичайну зі специфічними засобами при боротьбі з порушенням обміну речовин.

Спосіб застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; вживати по півсклянки, три рази на день. Дітям (до 5 років): 3,0—100,0; давати по дві чайні ложечки, три рази на день.

№ 122. М'ята перцева (Mentha piperita); подібний до неї вид — м'ята водяна; з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

М'ята перцева (мал 68) — багаторічна рослина з родини губоцвітих. Поширена в помірній і теплій смугах Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні.

У цієї м'яти гілляste, щетинисто-волохате або гладеньке стебло, заввишки 50—100 *см*. Листки темно-зелені, яйцевидні, довгастої форми, з зубчастими краями. Квітки у неї фіолетові або червонувато-білувато-рожеві, невиразно-двогубі, зібрані в колосовидні суцвіття. Корінь тоненький, розгалужений, з багатьма колінцями, від яких відходять бокові корінці. Цвіте рослина в червні — липні; дуже пахуча.

Перцева м'ята цінна тим, що в її листках є ефірна олія, яка має широке застосування в хімікс-фармацев-

тичній, парфюмерно-косметичній, харчосмаковій та в лікеро-горілчаній промисловості. Крім ефірної олії, ця м'ята містить у собі й дубильні кислоти.

Наукою встановлено і з народного досвіду відомо, що перцева м'ята є засобом, який збуджує нерви й поліпшує

Мал. 68. М'ята перцева.

Мал. 69. Нагідки лікарські.

травлення, а також має вітрогінну, потогінну, протиблювотну, протиспазматичну, заспокійливу, болетамувальну, зміцнювальну і навіть жовчогінну властивості.

У науковій медицині перцеву м'яту використовують досить широко, особливо у вигляді препарату ментолу, який добувають з її олії, найбільш ефірної м'яткової олії, а також у вигляді настойки та м'ятної води (для полоскання). Використовують і листя цієї рослини, яке входить складовою частиною до різних сумішей, які поліпшують травлення.

У народній медицині перцеву м'яту використовують ще ширше: відомо 26 випадків застосування її при різних хворобах. Крім того, що перцева м'ята має заспокійливу й регулюючу дію на шлунково-кишковий тракт, вона не менш корисна і як заспокійливий засіб при нервових і серцевих хворобах (іпохондрії, істерії та ін.) та як зміцнювальний засіб при занепаді сил та при холері, при ревматизмі, а також тамує біль, особливо при простуд-

них болях зубів і вух. Ця рослина є й жовчогінним, але допоміжним, засобом, вона також освіжає рот і видаляє поганий запах з нього.

Корисна перцева м'ята й при геморої, жіночих хворобах (однаково і при мізерних і при надмірних менструаціях), при бешисі, свинці та в інших випадках з захворюванням шийних залоз і, нарешті, як швидко діючий зовнішній засіб при сильному головному болі (треба прикладати свіже листя м'яти до лоба).

Таке саме лікувальне застосування має в народі й водяна м'ята, яка мало чим відрізняється від перцевої, хіба що тільки тим, що нижча за неї й любить вологі місця.

У народі й перцева й водяна м'ята має і внутрішнє і зовнішнє застосування при рахіті й золотусі (для дітей) у вигляді крапель настойки або соку всередину (треба капати на цукор) чи відварів для ванн, а також при різних шлункових хворобах.

Як зміцнювальний засіб при сильних серцевих або легеневих хворобах (після кровотечі з легень), з успіхом застосовують простий відвар м'яти, а при кривавому блюванні — відвар на оцті.

Способи застосування. *Відвар:* від 5,0 до 20,0 на 200,0; вживати по одній столовій ложці, 3—4 рази на день, за півгодини до їди.

Відвар на оцті: 20,0—200,0; по одній—дві чайні ложечки, один—два рази на день.

Відвар для ванн і клізм: 50 *г* на відро води або одну—дві столові ложки настойки на відро води.

Настойка: 15,0 або 30,0; по 15—40 крапель, три рази на день.

Порошок: по 3—4 пучки, один—два рази на день, запиваючи водою.

№ 123. Нагідки лікарські, або аптечні, крокіс, сердечник, календула (Calendula officinalis); з лікувальною метою використовують квітки цієї рослини.

Нагідки (мал. 69) — однорічна рослина з родини складноцвітих. Походить з Південної Європи. В Радянському Союзі й зокрема на Україні нагідки дуже поширені як декоративна рослина, яка цвіте з липня по вересень.

Рослина має своєрідний і неприємний запах. Стебло в неї прямостояче, гіллясте, заввишки 20—50 *см,* покрите цупкими волосками, іноді трохи липке, особливо в суху сонячну погоду. Листки видовжені, обернено-яйцевидні, з маленькими, різкими зубчиками. Квітки

великі, кошикуваті, найчастіше оранжево-жовті, рідше яскраво-оранжеві, або оранжево-червоні, на довгих ніжках. Плоди без чубків, як це звичайно буває у інших кошикуватих складноцвітих: кульбаби, підбілу та інших.

Нагідки містять у собі, крім ефірної олії, барвну речовину, схожу на каротин, багато вітаміну С та фітонциди.

Відповідно до тієї дії, яку нагідки виявляють на організм, їх знають у народі як сечогінний, потогінний, очисний, в'яжучий, протигнійний і протизапальний, а також і як дезинфікуючий засіб.

Що нагідки є цінною лікарською рослиною, відомо з 12-го сторіччя, вони ще й досі славляться в народі, не менше, як раніше.

В гомеопатії давно виготовляють з квіток нагідок настойку і мазь.

Наукова медицина тільки недавно визнала нагідки за лікарську рослину. Тепер в аптеках допущено настойку і мазь із цієї рослини.

У народній медицині нагідки користуються великою пошаною, вони відомі перш за все як засіб для швидкого загоєння ран, а також як протизапальний і протигнійний засіб. І саме тому широко застосовують з їхніх квіток есенції, мазі та примочки, а також препарати для полоскання, клізм і спринцювання, а іноді й пластирі в різних випадках поранень, виразок і тріщин слизової тканини в роті (при ангіні), задньому проході, у внутрішніх жіночих статевих органах, особливо при трихомонадних запаленнях і гноєтечах та при інших гнійних захворюваннях.

Ліки з квіток нагідок застосовують і при шкірних хворобах, для пом'якшення шкіри (коли на ній виникають тріщини) та для розсмоктування затвердінь (бородавок, мозолів) і ячменів та при інших хворобах очей, а також при вуграх, лишаях і виразках.

Крім того, квітки нагідок корисно вживати всередину як сечогінний і потогінний засіб, при хворобах сечового міхура (при каменях і піску в ньому), при хворобах печінки й селезінки (при жовтяниці), при золотусі й рахіті, при нервовій гарячці, запамороченні, від кашлю, при хворобах шлунка (при виразках і спазмах його) та як засіб, що регулює місячні у жінок, а також як засіб, що затримує патологічний процес при раку.

Треба ще додати, що крім того, що нагідки корисні при вищезазначених хворобах, вони допомагають і при всяких ранах та від обмороження.

Словом, нараховується до 27 виявлених і перевірених автором випадків ефективного застосування нагідок, не говорячи вже про ті випадки, які приховують знахарі.

Відповідно до спостережень і досвіду автора, особливо ефективну благотворну дію виявляють нагідки на слизові тканини при виразках на них і при білях у жінок.

Способи застосування. *Відвар квіток:* 10,0—200,0; по одній — три столові ложки, три рази на день.

Настойка: 25,0; по 30 крапель, три рази на день; для зовнішнього застосування—10,0 настойки на 90,0 води, або одна чайна ложечка на півсклянки води — для примочок і на одну склянку води—для клізм і спринцювань.

Мазі: 1) настойки 5,0, вазеліну 10,0 (змішати); 2) настойки 5,0, вазеліну 25,0 (також змішати).

Настурка, настурція (Tropaeolum majus) — див. *Красоля.*

№ 124. Настурція лікарська, або водяна, хрін водяний (Nasturtium officinale); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

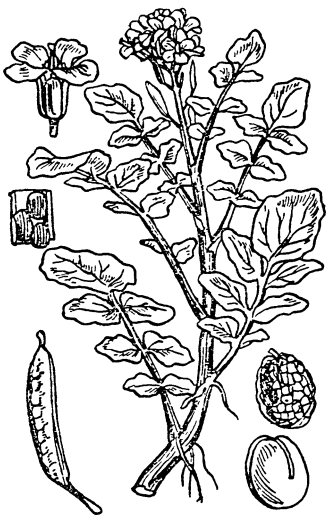
Настурція лікарська (мал. 70) — це багаторічна трав'яниста рослина з родини хрестоцвітих. Росте на болотах або в калюжах зі стоячою водою та по берегах струмків. Поширена на Україні (в Західному Лісостепу, місцями в Степу), в Білорусії та в центральних областях РРФСР і майже на всій території зарубіжної Європи, але досить рідко.

Стебло в настурції лікарської порожнє, борозенчасте, лежаче (біля основи), пускає корені завдовжки від 10 до 60—100 *см.* Листки пірчасторозсічені, розташовані на стеблі попарно, супротивно; один самий верхній листок на стеблі трохи округлий. Всі листки сидячі, виїмчасто-зарубчасті, черешкові. Квітки білі, в короткій китиці на верхівці основного стебла (не бокових). Плоди — кругло-довгасті стручки з насінням. Цвіте настурція лікарська з травня до вересня, збирають її (цілі рослини) під час цвітіння.

Трава настурції лікарської містить у собі багато вітаміну С і каротину та достатню кількість йоду (4—5 *г* на кілограм сухої трави), і саме тому, а також відповідно до народного досвіду, цю рослину й знають як протигнильний і протицинготний, кровоочисний і протизапальний засіб.

У народі для лікувальної мети настурцію лікарську вживають лише в свіжому вигляді, бо у висушеній траві

цієї рослини, як помічено, втрачаються її цілющі властивості. Свіжий сік з трави настурції лікарської (по одній чайній ложечці, три рази на день) вживають при хворобах печінки, жовтяниці, при жовчнокам'яній хворобі, а також при каменях та піску в нирках і сечовому міхурі. Крім того, цей препарат вживають ще при гост-



Мал. 70. Настурція лікарська.

Мал. 71. Нетреба звичайна.

рому й хронічному запаленні нирок, при всіх видах катарів шлунка, а також як легкий проносний засіб.

Можна вживати не тільки сік з настурції лікарської, але й відвар з неї (обов'язково з свіжої трави), з розрахунку 20—40 *г* на літр окропу в дозі по одній склянці, три рази на день. Таке вживання допустиме для відновлення правильного обміну речовин при хворобах шкіри.

Як рослину, яка містить у собі вітамін С і каротин, настурцію лікарську рекомендують від цинги й недокрів'я у формі салату з сирого молодого листя або як приправу у вареному вигляді. Це добрий і смачний дієтичний засіб.

Зовнішньо для лікування опіку застосовують мазь з однієї—двох столових ложок соку з настурції на 50 *г* вершкового масла. При виготовленні цієї мазі треба ста-

ранно розтирати масло й сік, щоб ці складові частини добре змішалися.

У народі для боротьби з цингою вживають і саморобний сироп з соку настурції лікарської.

Незайманик (Lycopodium clavatum) — див. *Плаун булавовидний.*

125. Нетреба звичайна і колюча, страхополох (Xanthium strumarium, X. spinosum); з лікувальною метою використовують траву, коріння й насіння цієї рослини.

Нетреба звичайна (мал. 71) росте на засмічених місцях і пустирях майже по всій території Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, а також по всій території зарубіжної Європи та в інших країнах.

Це однорічна трав'яниста рослина, заввишки до 120 *см,* з округлолопатевими листками, біля основи серцевидними, з гострими великозубчастими й нерівнозубчастими частками. Обгортки при плодах довгасто-еліптичні, жовтувато-буруваті, з прямими, на верхівці гачкуватими, голими шипами. Цвіте рослина в липні — серпні. Збирають усю рослину, зрізуючи її в тому місці, де починаються листки; корені збирають восени, а насіння — коли воно якраз саме дозріває.

Обидва види нетреби багаті на йод, особливо колюча нетреба. Ліки з цих рослин успішно застосовують у народі для боротьби з зобом та з іншими хворобливими станами щитовидної залози.

З квітучої трави колючої нетреби в гомеопатії виготовляють есенцію.

Корисна нетреба й для шлунково-кишкового тракту як зміцнювальний засіб (при проносах і навіть кривавих) і як очисний засіб при шкірних хворобах.

У деяких випадках, наприклад, проти кропив'яної висипки у дітей, пухлин горла й тривких лишаїв надають перевагу свіжому сокові трави, який вживають як настойку — краплями, відповідно до віку та індивідуальності: дітям — від 2 до 10, а дорослим — по 15—20 крапель за один раз.

Способи застосування. *Внутрішньо:* нетребу вживають у народі з лікувальною метою більше у вигляді відвару однієї столової ложки на склянку окропу. Кип'ятять близько 10 хвилин, вживають без точного дозування (по одній склянці, три рази на день).

Крім вищезазначених випадків, нетребу вживають у вигляді відвару й при всяких проносах і навіть при дизентерії (у цьому випадку надають перевагу відварові

коріння й насіння), при шкірних хворобах — і взагалі для боротьби з неправильним обміном речовин в організмі.

Зовнішньо: при шкірних захворюваннях, крім внутрішнього лікування, цю рослину застосовують і зовнішньо — від екземи, лишаїв, золотушних струпів, висипів та грибкових уражень: розтирають свіже листя її (але без колючок) і змазують ним уражені місця шкіри, у зимову пору можна застосовувати відвар цієї рослини.

Мал. 72. Нечуй-вітер волохатий.

Нехворощ (Artemisia vulgaris) — див. *Чорнобил.*

Нечіпай-зілля (Bryonia alba) — див. *Переступень білий.*

Нечуївка, нечуй-вітер (Antennaria dioica) — див. *Котячі лапки білі.*

Нечуй-вітер (Helichrysum arenarium) — див. *Цмин пісковий.*

№ 126. Нечуй-вітер волохатий, волосник (Hieracium pilosella); з лікувальною метою використовують його траву й коріння.

Нечуй-вітер волохатий (мал. 72) — багаторічна трав'яниста рослина з родини складноцвітих. На Україні поширений повсюди. Росте на сухих луках і вигонах, здебільшого на піщаному грунті.

Рослина буває заввишки 30 *см,* а іноді, по квітковій стрілці (по цибку), й вища. Від розетки утворюються пагони, на яких хоч і є листки, але вони поступово зменшуються за величиною. Листки розетки численні, зверху зелені або сизуваті, а знизу — білоповстисті, ланцетовидні або довгі, обернено-яйцевидні. Стебло у волохатого нечуй-вітру вгорі покрите волосками. Квітки жовті, з червонуватими смужками на пелюстках, язичкові, з волохатим чубком. Цвіте рослина в травні — червні.

В хімічному відношенні нечуй-вітер не вивчено; його нема в аптеках, бо в науковій медицині його не застосовують.

З народного досвіду помічено, що ця рослина має

властивість посилювати виділення шлункового соку (поліпшувати апетит) і очищувати організм від шкідливих елементів всередині його, тому її застосовують проти пухлини печінки та від жовтяниці.

Як кровоспинний засіб, ліки з волохатого нечуй-вітру вживають у народі при дизентерії, геморої, кровохарканні й маткових кровотечах, а також при катарі товстих кишок, коли при кишкових крововиливах кал хворого набуває дьогтярного, темно-бурого кольору. Відвар цієї рослини, якщо його вжити всередину, може спинити кишкові крововиливи, що вже почалися.

Зовнішньо при ранах застосовують цей же самий відвар як примочку або лікують рани порошком з трави цієї рослини (присипають їх).

Цей порошок вживають і всередину — від жовтяниці, по 3 *г*, три рази на день.

При маткових крововиливах відвар з волохатого нечуй-вітру не тільки вживають всередину, але й застосовують його для спринцювання.

Спосіб застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; вживати по дві столові ложки, три рази на день.

Примітка. Для спринцювань відвар наполовину розводять водою.

Нирковий чай (Orthosiphon stamineus) — див. *Ортосифон.*

Німиця (Datura stramonium) — див. *Дурман звичайний.*

Німиця (Hyoscyamus niger) — див. *Блекота чорна.*

№ 127. Овес (Avena sativa); з лікувальною метою використовують зерно й солому.

Овес — однорічна рослина з родини злакових, яку звичайно вирощують як зернову культуру в багатьох областях Радянського Союзу і зокрема скрізь на Україні. Численні культурні сорти вівса подібні один до одного за своєю харчовою, а іноді й оздоровлюючою цінністю.

У науковій медицині вівсяне борошно вважають добрим дієтичним засобом для видужуючих, а іноді й як обволікаючий засіб, що допомагає при гострих запаленнях шлунково-кишкового тракту.

У народній медицині овес не частково, а повністю визнано лікувальним засобом, і не тільки плоди його (зерно), але й солому: приготування зерна — більше для внутрішнього вживання, а відвар з соломи — для зовнішнього застосування.

Куліш з вівсяних крупів — корисна дієтична страва, особливо для дітей при рахіті й золотусі.

При затримці сечі у дітей корисно давати їм настій вівсяного зерна на воді.

Для зовнішнього застосування корисна вівсяна солома (а іноді й ціле, не подерте на крупи, зерно) у формі відвару для ванн і для теплого (зігріваючого) укутування всього тулуба від пахов до стегон або самого тільки живота.

Крім того, відвар з вівсяного зерна з медом є чудовим освіжаючим і поживним засобом людям, які ослабли після виснажливих хвороб.

Згаданий вище дієтичний вівсяний куліш багато хто рекомендує навіть при туберкульозі легень як зміцнюючий і освіжаючий засіб.

Відвар вівсяної соломи для ванн і укутування застосовують не тільки при внутрішніх хворобах сечового міхура й нирок та при жовтяниці, але й тоді, коли потіють ноги (допомагає міцний відвар вівсяної соломи з дубовою корою, ножна ванна протягом 15—20 хвилин), а також як припарку та при хворобах кісток у дітей.

Той же самий відвар вівсяного зерна для внутрішнього вживання та відвар соломи — для зовнішнього застосування допомагають також і при проносі, жовтяниці, при хворобах нирок та при водянці живота й навіть при судомі щелеп, що є ознакою й початком правця.

Взагалі треба сказати, що, відповідно до практики народної медицини, у вівса і зерно й солома мають корисне лікувальне значення, бо вони мають у собі потогінну, вітрогінну, сечогінну, жарознижувальну й протиспазматичну силу, і бажано було б дати всьому цьому наукове обгрунтування.

В гомеопатії також не заперечуються лікувальні властивості вівса, в ній застосовують есенцію з свіжих рослин вівса.

Зерно вівса визнають за лікувальний засіб також і в тібетській медицині. У нашого народу здавна славиться вівсяний кисіль як поживний дієтичний і обволікаючий засіб, корисний хворим на шлункові й кишкові хвороби.

Способи застосування. *Відвари зерна на воді:* 1) для укутування й примочок: 20,0—200,0, або одна столова ложка вівса на одну склянку води, треба довго кип'ятити;

2) для внутрішнього вживання (пити, як чай): 20,0—400,0, або одна столова ложка вівса на дві склянки води, також довго кип'ятити;

3) відвар з медом: одна склянка вівса на дві склянки води; кип'ятити, поки не випарується половина води; процідити й додати дві столові ложки меду, а потім ще раз закип'ятити; пити, коли схочеться.

Відвар соломи: 20,0—200,0 або 300,0 на відро води.

Вівсяний кисіль готують так: вівсяні крупи намочують на ніч, вранці зливають настій і варять його — виходить кисіль. З вимочених крупів, що залишилися, варять кашу.

Огірочник (Spiraea ulmaria) — див. *Таволга в'язолиста.*

№ 128. Огірочник лікарський, огіркова трава (Borrago officinalis); з лікувальною метою використовують цвіт і траву цієї рослини.

Мал. 73. Огірочник лікарський.

Огірочник лікарський (мал. 73) — однорічна рослина з родини шорстколистих. Походить з Південної Європи, зустрічається нерідко як бур'ян у південній і середній смугах Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, а також і на Кавказі. Зрідка його вирощують на городах як салатну рослину.

Вся рослина вкрита цупкими волосками; стебло з розчепіреними гілками; нижні листки яйцевидно-довгасті, звужені в черешок, верхні — довгасті, обіймають стебло. Квітки голубі, пониклі, на довгих квітконіжках. Цвіте лікарський огірочник у червні — липні. Це добра медоносна рослина.

Молоде листя лікарського огірочника вживають для приправи, тому що воно має запах і смак свіжих огірків.

Квітки цієї рослини містять у собі слиз, і завдяки цьому їх застосовують у народній медицині (часто разом з листям) як пом'якшувальний, потогінний і сечогінний засіб.

Есенцію з свіжого листя лікарського огірочника застосовують у гомеопатії.

Спосіб застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

Одолян (Valeriana officinalis) — див. *Валеріана лікарська.*

№ 129. Ожина сиза, або звичайна, ожина-сивиця, вужина, малина-колодюх, чорна ягода (Rubus caesius); з лікувальною метою використовують її ягоди, листя й коріння.

Сиза ожина — кущова рослина з родини розових. Росте між чагарниками, в лісах, а більше поблизу боліт, по берегах річок, на вологих місцях — майже по всій території Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, а також на Кавказі, в Сибіру, в Середній Азії, в Малій Азії та скрізь у Західній Європі.

Пагони у сизої ожини сланкі, висхідні, з тоненькими прямими або загнутими донизу шипами, дуже покриті білуватим (сизим) нальотом (звідки й латинська назва caesius, що в перекладі означає «сизий»). Листки трійчасті, нижні іноді п'ятірні, з сидячими боковими листочками. Квітки в негустих щитках, пелюстки білі, довгасті, довші за чашечки.

Характерною прикметою в сизої ожини, крім її шипів, є й її плоди, що являють собою збірні чорні, сизі від нальоту, костянки. Плоди сизої ожини схожі на ягоди малини, тільки вони не червоно-малинові, а чорні й не мають такого приємного запаху, як малина.

Цвіте сиза ожина з кінця травня до осені. Зрілі плоди збирають не тільки для харчової, але й для лікувальної мети. Та більше для лікувальної мети збирають листя з стеблами — протягом всього літа, а також коріння — восени.

У хімічному відношенні ожину ще мало вивчено, а фармакологічні властивості її відомі (з народного досвіду): в різних частинах рослини містяться речовини, що є в'яжучим і кровоспинним, очисним, потогінним і протипростудним та, частково, протизапальним засобом.

У науковій медицині ожину не використовують.

У народі ожину визнають за дуже корисний засіб при проносі і навіть при дизентерії (дорослим корисні листя та квітки з стеблами, дітям — ягоди), при катарах кишок як засіб, що дуже оздоровлює, особливо, якщо поєднати її листя (дві частини) з квітками нагідок (з однією частиною); 4 чайні ложечки цієї суміші заварюють на склянку окропу і вживають по $^1/_2$—$^2/_3$ склянки, три рази на день, до їди.

Як потогінний і протизапальний засіб, ожина буває корисна при багатьох хворобах горла; як очисний засіб,

вона допомагає при водянці та при всіх шкірних хворобах (вживати всередину).

Зовнішньо відвар листя ожини (10,0—200,0) застосовують у вигляді примочки при екземі та різних запаленнях шкіри, а також для полоскання рота й горла як протизапальний засіб.

Добру користь дає настойка з ягід ожини на горілці, яку п'ють по 2—3 чарки (по 50 *г*) за один раз, коли дуже перемерзнуть, щоб повернути тілу втрачену природну теплоту. Сушені ягоди ожини, потовчені на порошок і змішані з цукром (на смак) — зручні й приємні ліки для дітей від проносу (давати їм по пів чайної ложечки, три рази на день).

Способи застосування. *Відвар листя або кореня:* 20,0—200,0; вживати всередину по півсклянки, 3—4 рази на день.

Настойка ягід: одна частина на 10 частин горілки; по 2—3 чарки за один раз (при перемерзанні).

Ягоди в порошку краще вживати свіжопотовченими.

№ 130. Олександрійське листя, листя сенни, листя касії (Cassia angustifolia). Це листя тропічної багаторічної рослини з родини бобових, яка росте в Аравії, Судані та в інших частинах Азії та Африки. Іноді ця рослина має вигляд напівкуща. Росте сенна (касія) і в нашій країні — в Азербайджані, на півдні України та в Краснодарському краї РРФСР.

Олександрійське листя має важливе медичне значення як проносний засіб, який діє м'яко й безболісно навіть у випадках тяжких шлунково-кишкових захворювань, пов'язаних з послабленням стінки кишечника, і дуже зручний для хворих, призначених на операцію, коли необхідно безболісно очистити їм кишечник. Результат настає через 6—10 годин. Це листя в сухому вигляді продають в аптеках.

Ліки з олександрійського листя вживають у вигляді *водного настою* (10,0—150,0), який витримується протягом 6 годин. Іноді в настій додають сиропу з кореня ревеню — 30 *г,* або дві столові ложки. Вживати цей настій або суміш по одній столовій ложці, вранці й наніч.

В аптеках є й *складний настій сенни,* або так званий віденський напій — ще ефективніший. Доза вживання: дорослим — по одній—три столові ложки, а дітям —

починаючи з чайної ложечки до столової ложки (відповідно до віку).

Є й так званий *складний порошок солодкового кореня,* який особливо призначають людям, у яких геморой. Його склад: олександрійського листя — дві частини, солодкового кореня — дві частини, насіння кропу (в порошку) — одна частина, очищеної сірки — одна частина і цукру — чотири частини. Цей порошок зеленувато-жовтого кольору. Його призначають як проносний засіб, заздалегідь розведений водою: дорослим — по пів чайної ложечки, а дітям — по чверті чайної ложечки, вранці натщесерце.

Буває в аптеках і так званий *проносний чай № 2.* В ньому також є олександрійське листя — три частини на дві частини кори крушини, дві частини плодів жостеру, одну частину насіння анісу і одну частину солодкового кореня. Одну столову ложку ліків цього складу заварюють на одній склянці окропу, настоюють протягом 30 хвилин і вживають наніч, за один раз.

Олександрійське листя люблять у народі, його охочіше вживають, ніж рицинову олію та проносні солі.

№ 131. Оливове дерево, олива культурна (Olea europaea); з лікувальною метою використовують олію з плодів цього дерева.

Оливове дерево, або олива, походить з країн південно-східної частини Середземного моря. Це дерево з найдавніших часів вирощують у багатьох народів. У Радянському Союзі це дерево вирощують на узбережжі Чорного моря (в Криму, на Кавказі), а також в Азербайджані, Східній Грузії та в південно-західній частині Туркменії.

З плодів цього дерева виробляють три сорти олії: прованську, оливову й так звану дерев'яну олію.

У науковій медицині навіть першосортну олію з оливок (прованську) з лікувальною метою мало використовують для внутрішнього вживання, а більше зовнішньо (для мазей).

У народній же медицині навіть третьосортну олію з оливок використовують досить широко.

Всередину олію з оливок вживають при запорах (як проносний засіб), від болю в животі, при проковтуванні їдких і гострих речовин, при отруєннях (вживають навперемінно з теплою водою і з теплим молоком), при різі в животі та при судомі.

Зовнішньо олію з плодів оливового дерева застосовують при здутті живота (у дітей) та при паршах на го-

лові (також у дітей), при головному болі (закапують у вухо), при затвердінні залоз, при опухах, ломоті, забиттях та при укусах бджіл, ос і джмелів.

У народі завжди користувалися цим простим і нешкідливим, хоч і не дуже ефективним, лікувальним засобом.

№ 132. Оман високий (Inula helenium); з лікувальною метою використовують його корінь.

Оман високий (мал. 74) — багаторічна рослина з родини складноцвітих. Росте на вологих місцях, між чагарниками, переважно на гористих берегах річок і на вапнистих грунтах (крейда), по лісових луках. Поширений у лісостеповій зоні Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, на Південному Уралі, на Кавказі та в Західному Сибіру.

Кореневище в оману м'ясисте, всередині білувате, товсте (завтовшки з палець), завдовжки досягає 50 *см* і навіть більше, має численні корені, що відходять від нього. Стебла прямі (одне або кілька), заввишки 1—1,5 *м*, вгорі трохи гіллясті. Листки чергові, зверху жорстко-волохаті, знизу сіро-повстисті, м'які, нерівнозубчасті; прикореневі — довгасто-еліптичні, гострі, звужені в черешок; стеблові листки обіймають стебло, мають серцевидну основу, загострені.

Усі квітки в оману плодючі, жовті, з чубком. Квіткові кошики великі (6—10 *см* у діаметрі), з напівкулястою обгорткою з листочків, що лежать подібно до черепиці, нечисленні. Сім'янки чотиригранні, голі, мають чубок з одного ряду шорстких волосків. Корені мають пряний, пекучо-гіркий смак і своєрідний, сильний, ароматний запах. Цвіте високий оман з кінця червня по вересень. Збирають кореневище з коренями в жовтні, на другий рік життя рослини; сушать у тіні.

Оман має широке лікарське застосування (навіть і в науковій медицині). Перш за все корінь цієї рослини корисний як добрий відхаркувальний засіб (при бронхіальних хворобах, астмі), як заспокійливий засіб при бронхіальних спазмах, як протизапальний і такий, що підвищує функціональну діяльність шлунка й кишок (при запаленнях їх, при проносі й диспепсії), як жовчогінний і сечогінний засіб, а також і як легкий потогінний засіб. До того ж ліки з кореня високого оману викликають місячні й поліпшують обмін речовин в організмі.

Цю рослину використовують і для зовнішнього застосування — від шкірних хвороб (при шкірній сверблячці, коросте та екземі).

Ленінградський фармацевтичний інститут у 1952 р. виготовляв з коріння оману спеціальний екстракт під назвою інулен. Зараз цього екстракту нема, але простий відвар з коріння цієї рослини може дати таку саму користь.

У народній медицині корінь оману успішно застосовують для боротьби з ревматизмом — гострим і навіть хронічним. Разом з коренем лопуху корінь оману (див. способи застосування), якщо його вживати всередину, дає чудовий результат. Останнє автор перевірив на собі

Мал. 74. Оман високий.

самому та на інших (на родичах). Цю рослину вживають у народі також і для боротьби з грипом.

Лікувальна сила оману підтверджується також і ветеринарною практикою. Ця рослина поліпшує худобі травлення і є глистогінним засобом.

Способи застосування. *Відвар кореня* (від ревматизму): 20,0—200,0; (краще пополам з коренем лопуху); настоювати протягом 20 хвилин. Вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настій кореня на холодній воді (від хвороб дихальних шляхів): взяти дві чайні ложечки подрібненого коре-

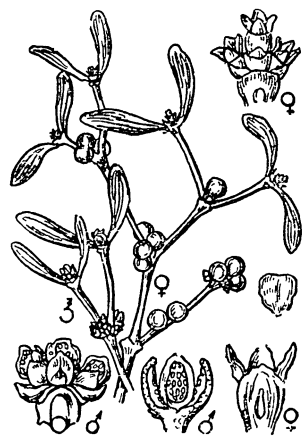
ня на дві склянки води й настоювати протягом 8 годин; вживати по півсклянки, 4 рази на день. Перед вживанням краще додавати до дози по чайній ложечці меду, за півгодини або за годину до їди.

Настойка: 25,0; по 25 крапель, три рази на день.

Порошок: корінь, подрібнений на борошно, змішати з медом, поробити пілюлі й вживати їх по 2—3 штуки, 3—4 рази на день, також до їди.

Мазь (від корости): одну жменю дрібно порізаного кореня варити протягом 15 хвилин у 4—5 столових ложках свинячого сала, процідити ще гарячим, додати дві столові ложки чистого березового дьогтю й домішати трохи сірки, якщо вона є. Цією маззю протягом кількох днів натирають уражені місця, потім обмивають тіло відваром кореня.

Вино оманове (від катару кишок і зниженої кислотності): на пляшку кагору або портвейну взяти 12 *г* (одну столову ложку) свіжого кореня й варити протягом 10 хвилин, краще з столовою ложкою меду; вживати по 2—3 чарки (по 50 *г*), після їди, протягом дня.



Мал. 75. Омела.

№ 133. Омела біла, або звичайна, омельга (Viscum album); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Омела (мал. 75) — напівпаразитна кущова рослина з родини ремнецвітових, що паразитує на тополі, клені, березі, липі, в'язі, груші, яблуні, дубі та на інших деревних породах. Зустрічається на цих деревах у південній і західній смугах Європейської частини Радянського Союзу, зокрема на Україні, на Кавказі, а також у Скандінавії та інших частинах зарубіжної Європи, в Малій Азії та в Китаї.

Це кулясто-гілляста рослина, 20—100 *см* у діаметрі, гола, з дерев'янистими гілками. Листки в неї товсті, дворічні, звичайно з невиразним жилкуванням, довгасто-овальні, в кінці тупуваті. Квітки зібрані по 5—6 штук у щиток або несправжній напівзонтик, жовтувато-зелені. Плоди — кулясті несправжні ягоди білого кольору (звідки й ботанічна назва рослини: біла омела).

Збирають молоді стебла з листям білої омели пізно восени або взимку й сушать без плодів, тому що вони **отруйні,** проте птахи, особливо дрозди, охоче їдять їх, очищаючи свої дзьоби від клейкого

насіння на гілках дерев і залишаючи його на корі дерева, де воно потім проростає. Звідси, очевидно, й народна назва омели: пташиний клей. Смак омели своєрідний, неприємний і гіркий.

У науковій медицині біла омела здавна відома й популярна, як і в народі, як добрий заспокійливий і в'яжучий засіб, але препаратів з неї в аптеках не буває. Наукові дослідження цієї рослини тривають.

У народній медицині білу омелу застосовували й тепер застосовують всередину у вигляді настойок і відварів від епілепсії, іпохондрії, істерії та інших нервових хвороб, при спазмах живота (як болетамувальний і заспокійливий засіб) і навіть при апоплексичному ударі. Крім того, як кровоспинний засіб при маткових і гемороїдальних кровотечах і крововиливах з шлунка, препарати з білої омели діють ефективніше, якщо траву цієї рослини поєднати з тр'авою хвоща.

Останнім часом помічено, що ліки з білої омели благотворно впливають на організм і при підвищеному тиску крові.

Зовнішньо настойку, відвар або порошок з білої омели застосовують як пом'якшувальний і знеболюючий засіб при наривах та інших шкірних хворобах. Препарати з білої омели застосовують і для іригацій і сидячих ванн при жіночих хворобах, а також при гемороїдальних кровотечах (краще в поєднанні з іншими травами).

Від круглих глистів вживають складний порошок: 0,5 *г* листя омели, 0,5 *г* її ягід, 1 *г* кореня валеріани; змішати все й вживати, по скільки можна взяти на кінчик складаного ножика, або по малій пучці (по 0,5 *г*), три рази на день; строк — не менш як три дні. Порошок треба запивати водою й заїдати свіжою морквою.

Чай з білої омели п'ють постарілі й ослаблі люди, щоб підвищити тонус життя, а також і люди будь-якого віку, коли у них паморочиться в голові.

Способи застосування. *Легкий відвар:* 15,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 25,0; по 30 крапель, три рази на день.

Відвар-суміш (для зовнішнього застосування): 15 *г* трави омели, а деревію, перцевого гірчаку, дубової кори, жалкої кропиви (трави) й квіток глухої кропиви — по 10 *г;* змішати все й заварити на літрі води. Це корисний

засіб також для іригацій та для примочок при шкірних хворобах.

№ 134. Ортосифон, нирковий чай, індійський чай (Orthosiphon stamineus); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Ортосифон — рослина з родини губоцвітих. Походить з Індії. В Радянському Союзі цю рослину вирощують у Криму, на всьому Чорноморському узбережжі та на Кавказі.

Це ніжна волохата рослина з довгими синіми квітками та з яйцевидно-ланцетними пилчастими листками. В її листках, відповідно до хімічного визначення останнього часу, містяться головним чином сапонін — сапофонін, глюкозид, ортосифонін та ефірна олія.

Фармакологічними дослідженнями встановлено (Інформаційний лист № 1/42, Київ, 1957), що ця рослина не отруйна і виявляє м'яку діуретичну дію без шкідливих побічних явищ. Вживання відвару з трави цієї рослини дає ефект при жовчнокам'яній хворобі, його успішно вживають як сечогінний засіб при набряках різного походження (в тому числі й від серцевої недостатності) та при запаленнях жовчного міхура. Також з успіхом цей препарат застосовують і при запаленні сечового міхура (при циститі), при каменях у нирках і навіть при ревматизмі та подагрі.

Так застосовують цю лікарську рослину в науковій медицині, починаючи з 1950 р., коли фармакологічний комітет Ученої медичної Ради Міністерства охорони здоров'я СРСР дав дозвіл на випуск ниркового чаю (протокол від 1 квітня 1950 р.).

У народі цю рослину давно визнано за ефективний сечогінний засіб для лікування всіх ниркових хвороб (звідки й назва рослини «нирковий чай»), і у вигляді простих відварів її завжди вживали для боротьби з вищезгаданими хворобами. Оскільки відвари з ортосифону не смачні, їх краще пити, якщо додати до них цукру.

Спосіб застосування. *Відвар:* 1—3 або 3,5 *г* трави на 200 *мл* окропу (тобто пів чайної ложечки на склянку окропу) заварити й настоювати протягом 20 хвилин; процідивши, долити окропом і вживати в теплому вигляді за півгодини до їди. Готувати відвар треба щоденно, щоб він не застоювався й не втрачав своєї цілющої властивості. Доза вживання: по півсклянки, два рази на день. Строк лікування: один—півтора місяця (щонайменше).

Такий же самий спосіб приготування й вживання цього відвару встановлено і в Головному аптечному управлінні Української РСР.

№ 135. Осика, тремтяча тополя, сокорина (Populus tremula); з лікувальною метою використовують її бруньки.

Осика — дерево м'якої породи з родини вербових, різновидність тополі або осокора. На Україні росте в мішаних лісах, у плавнях, по торфовищах. Це дерево всі добре знають.

У науковій медицині це загальновідоме дерево не використовують.

У народній лікувальній практиці вживають як внутрішній лікарський засіб відвар або настойку з бруньок осики: від дизентерії, сезонного проносу та всякої ломоти, здебільшого простудної.

Люди знають, крім того, оригінальний простий спосіб зовнішнього застосування осикового соку з кухонною сіллю від зубного болю. Беруть свіжу осикову колоду, висвердлюють її в серцевині, але не до кінця, насипають у висвердлену дірку кухонної солі й затикають чим-небудь (наприклад, кусочком кори), кидають колоду у вогонь і, не давши їй догоріти до кінця, висипають з дірки сіль, яка вже набралася соку. Цю сіль або безпосередньо кладуть на хворий зуб, або розводять її (у відношенні 1 : 10) й виполіскують цим розчином рот.

Способи застосування. *Відвар бруньок:* 20,0—200,0; вживати по одній—дві столові ложки, три рази на день.

Настойка бруньок: 25,0; по 30 крапель, три рази на день.

Осокір (Populus nigra) — див. *Тополя чорна.*

№ 136. Очиток їдкий, або гострий, гонець, молодило, заяча капуста, капустка, розхідник, рум'янило (Sedum acre); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Очиток їдкий (мал. 76) — багаторічна рослина з родини товстолистих. Росте на сухих, частіше піщаних, а іноді й на кам'янистих і вапнистих грунтах, переважно в помірній зоні Північної півкулі, в тому числі й майже по всій території Європейської частини Радянського Союзу й зокрема на Україні, а також у Західному Сибіру та на Кавказі.

Рослина досягає до 20 *см* заввишки. Стебла в неї лежачі, сланкі, висхідні, м'ясисті, з прямостоячими квітковими гілочками. Листки дрібні, м'ясисті, циліндричні, на спинці опуклі, на неплідних пагонах

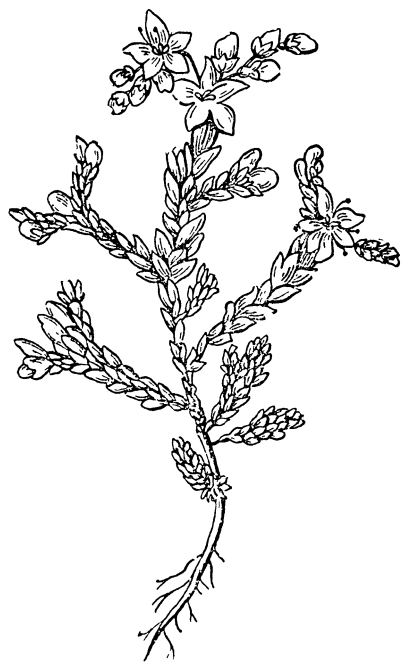
густі, черепичасті, розташовані в шість рядів. Квітки жовті, п'ятипелюсткові. Пелюстки вільні, лінійно-ланцетні, гострі, в два — три рази довші за частки чашечки. Плоди зіркоподібні. Насіння дуже дрібне, округле, бурувате.

У науковій медицині їдкий очиток не використовують, але наукове дослідження цієї лікарської рослини почалося й далі триває. Помічено, що ця рослина виявляє різко збуджуючу або зміцнювальну дію на кишечник, поліпшує дихання і взагалі сприятливо впливає на весь організм.

У народній медицині ліки з їдкого очитку вживають всередину як проносний і протималярійний, а також і як сечогінний засіб. Ліки з цієї рослини вживають також від епілепсії, жовтяниці та при недокрів'ї.

В гомеопатії цю рослину вживають від геморою.

Як зовнішній засіб, саморобну мазь із їдкого очитку в народі застосовують від мозолів, бородавок, гнійних ран і виразок.



Мал. 76. Очиток їдкий.

Бажано, щоб і надалі проводилося фармакологічне й клінічне вивчення їдкого очитку, бо люди й досі не перестають використовувати цю рослину з лікувальною метою.

Способи застосування. *Відвари:* 1) 3,0—200,0; по півсклянки, три рази на день (вживають від малярії в проміжках між приступами хвороби).

2) 20,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день (вживають при зниженому тиску крові).

Мазь можна зробити або із згущеного відвару, або з

порошку трави: одна частина порошку трави на 4 частини основи (коров'ячого масла або вазеліну).

Пазобник (Fragaria vesca) — див. *Суниці лісові.*

№ 137. Панцерія, або собача кропива шерстиста, кам'яна трава (Panzeria lanata або Leonurus lanatus); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Панцерія, або шерстиста собача кропива чи кам'яна трава (мал. 77) — багаторічна трав'яниста рослина з родини губоцвітих. Росте в пустельних степових долинах гірських річок і на неродючих кам'янистих, щебенистих схилах у південній частині Середнього Сибіру, на південному сході Алтаю, в Забайкаллі та в Північній Монголії.

Мал. 77. Панцерія.

Кореневище у цієї рослини товсте, з бурувато-сірою корою. Стебла покриті білою повстю. Листки зверху з коротко пригиснутими волосками, сіруватозелені за кольором, а знизу — білувато - сірувато - повстисті, завбільшки 2—4 *см* у поперечнику. Квітки сидячі, розташовані в багатоквіткових кільцях у пазухах верхніх листків, на кінці ж стебел утворюють густі яйцевидні або циліндричні суцвіття. Віночок удвоє довший за чашечку, жовтувато-білий, гладенький ззовні й майже повстистий всередині. Смак рослини гіркий, запах слабкий. Цвіте ця рослина в липні — серпні. Збирають з неї верхівки.

Панцерія не отруйна рослина. Вона містить у собі гірку екстрактивну речовину, алкалоїди, ефірну олію та вітамін С.

Фармакологічні властивості цієї рослини такі: вона є засобом, що розширює судини й завдяки цьому знижує тиск крові, при всіх серцевих і нервових станах вона виявляє свою заспокійливу (седативну) дію й корисна для полегшення явищ при артеріосклерозі. Як болетамувальний засіб, цю рослину застосовують навіть

при ревматизмі. Як сечогінний засіб, її застосовують особливо при водянці (переважно в Угорщині).

Отже, фармакологічні властивості панцерії такі самі, як і волохатої собачої кропиви, та й ботанічні ознаки цих двох рослин дуже схожі. Ці рослини відрізняються одна від одної лише квітками: у панцерії вони жовтувато-білі, а у волохатої собачої кропиви вони рожеві.

У науковій медицині панцерію не використовують.

Способи застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день, перед їдою.

Настойка: 25,0; по 30—40 крапель, три рази на день, перед їдою.

Папороть чоловіча (Dryopteris filix mas) — див. *Щитник чоловічий.*

№ 138. Первоцвіт лікарський, або аптечний; примула, баранчики, веснівка, медяник, лісове зілля, буквиця, ключики та інші народні назви (Primula officinalis); з лікувальною метою використовують корінь і листя цієї рослини.

Синонім: первоцвіт весняний (Primula veris).

Первоцвіт лікарський (мал. 78) — багаторічна трав'яниста рослина з родини первоцвітових. Росте на луках і серед чагарників майже по всій території помірної смуги Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, а також і по всій території зарубіжної Європи.

Своєрідною особливістю цієї рослини є те, що вона завжди має розетку прикореневих листків, які бувають овальної або яйцевидно-овальної, довгастої форми, поступово звужуються в крилатий черешок, сильно зморшкуваті, по краях хвилясті, зарубчасто-зубчасті. З середини розетки виростає одне або кілька безлистих квітконосних стебел з квітками, які вгорі зібрані в пониклий зонтик. Квітки запашні, золотисто-жовті, з трубчастим, коротшим за чашечку, віночком, з невеликим відгином, з п'ятьма оранжевими плямами в зіві. Плоди — бурі, яйцевидні, багатонасінні коробочки. Кореневище дуже коротке, вертикальне, з пучком тонких корінців.

Цвіте рослина з квітня до червня.

Збирають рослину з квітками під час цвітіння, а корені — восени або рано навесні, до повного оформлення листків. Корені лікарського первоцвіту цінні тим, що містять у собі сапонін та ефірну олію, а листки цієї рослини особливо багаті на каротин та аскорбінову кислоту (вітаміни А і С), яких найбільше буває в кінці цвітіння рослини, приблизно в середині червня.

Рідкісною і дуже цінною властивістю листків цієї рослини є те, що коли їх швидко висушити при дуже високій температурі (120—130°), вони зберігають до 95% аскорбінової кислоти, що міститься в них.

У фармакологічному відношенні лікарський первоцвіт перш за все цінний як найактивніший відхаркувальний засіб, у п'ять раз сильніший за сенегу. Крім того, ця рослина є добрим сечогінним і вітамінним засобом.

Цінність лікарського первоцвіту як відхаркувального засобу, який замінює сенегу та іпекакуану, визнавала раніше й наукова медицина.

У народній медицині ця рослина не втрачає свого значення й досі. Прості відвари з неї завжди вживають не тільки при простому кашлі, але й при бронхіті, запаленні легень, а також при коклюші та при інших захворюваннях дихальних шляхів.

Мал. 78. Первоцвіт лікарський.

При ревматизмі ліки з цієї рослини виявлялися корисними як болетамувальний засіб (при болях у суглобах), а як сечогінний засіб — при всіх хворобах нирок і сечового міхура. Препарати з лікарського первоцвіту виявляють оздоровчу дію й при хронічних запорах, а також при головному болі взагалі й при мігрені зокрема.

При гіповітамінозі, тобто при недостачі вітамінів в організмі, яка характеризується слабкістю, млявістю, відсутністю апетиту, блідістю й шорсткістю шкіри та розпушуванням ясен, багато допомагав порошок з листя первоцвіту, що його раніше (в 1952 р.) дозволяв фармакологічний комітет Ученої медичної Ради Міністерства охорони здоров'я СРСР.

Ця рослина не отруйна, і якщо препаратів з неї нема в аптеках, їх можна, не побоюючись, приготувати й самотужки.

Способи застосування. *Відвар коренів:* 20,0—400,0; вживати по півсклянки, 3 — 4 рази на день. *Відвар листя:* 15,0—200,0; вживати в такій самій дозі.

Порошок з листя (треба зберігати в накритій посудині): 5 *г*, або одну чайну ложечку, заварити на півсклянки окропу й настояти протягом 20—30 хвилин у накритій посудині; випити за два рази.

Перелаз (Bryonia alba) — див. *Переступень білий.*

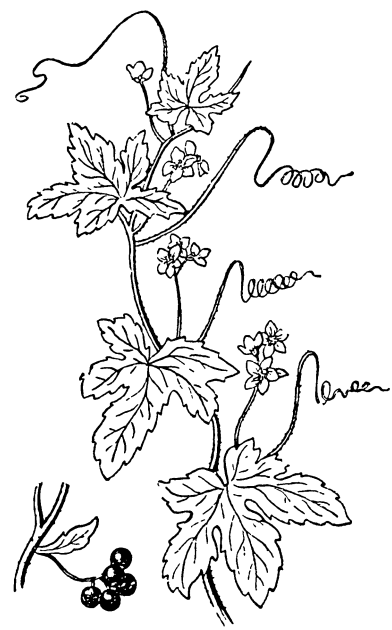
№ 139. Переступень білий, переступень чорноягідний, нечіпай-зілля, перелаз (Bryonia alba); з лікувальною метою використовують його корінь.

Переступень (мал. 79) — багаторічна трав'яниста рослина з родини гарбузових.

Є дві різновидності цієї рослини: переступень білий і переступень дводомний (B. dioica). Вони майже однакові за своїм хімічним складом і фармакологічним значенням.

Білий переступень росте в західних і південних районах Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й повсюди на Україні, а також на Кавказі, в Середній Європі та в Скандінавії.

Корінь у цієї рослини великий, м'ясистий, жовтуватий, до 3 *кг* вагою. Стебло повзуче, завдовжки до 3,5 *м*, з негіллястими вусиками. Листки чергові, черешкові, серцевидні, п'ятилопатеві, великозубчасті і, як і стебло, шорсткі. Квітки жовтуваті, з правильним роздільним віночком та з п'ятилопатевою чашечкою. Плоди — кулясті, чорні ягоди з п'ятьма — шістьома яйцевидними, сплющеними насінинами.



Мал. 79. Переступень білий.

Дводомний переступень відрізняється від білого тим, що у нього пилчастороздільні листки й червоні плоди.

В обох видах переступня містяться **отруйні** глюкозиди, а також смолиста речовина та ефірна олія. Відомі були випадки, коли цими рослинами отруювалися тварини, які з'їдали їх на паші. Тому треба суворо дозувати ліки з цих рослин.

Переступень має ряд лікувальних властивостей, він є кровоспинним, протиревматичним і болетамувальним (притуплює біль) засобом. Всередину препарати з нього

вживають при мізерності місячних, при катарах, плевриті, різних кровотечах та при запорах (вживати у великій дозі),

Зовнішньо ліки з цієї рослини застосовують від наривів (свіжий потовчений корінь), при невралгії, опухах у суглобах і як болетамувальний засіб, а також від паршів на голові (мазь із кореня).

В гомеопатії застосовують есенцію з свіжого коріння переступню.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; вживати по одній чайній ложечці, три рази на день.

Настойка: 25,0; по 10 крапель, три рази на день.

Мазь: одна частина соку з кореня переступню на 4 частини вазеліну або коров'ячого масла.

№ 140. Перець стручковий, червоний перець (Capsicum annuum); з лікувальною метою використовують його плоди.

Стручковий, або червоний, перець — напівкущова рослина з родини пасльонових, походить з Південної Америки. В Радянському Союзі цю овочеву рослину вирощують на півдні та в середній смузі країни, в тому числі й всюди на Україні. Цю городню рослину всі добре знають, тому нема потреби наводити тут докладний ботанічний опис її.

Плоди в цієї рослини — сухі, шкірясті, тонкостінні, яскраво-червоні, видовжено-конусовидні ягоди у формі стручка з насінням, яке має пекучий пряний смак. Такий смак стручкового перцю зумовлений тим, що в ньому є подібний до алкалоїдів амід капсицин; є в ньому також і вітамін С.

Всередину перець вживають у малих дозах для збудження апетиту (при слабкості шлунка), а також вводять у вигляді порошку до складу засобів від малярії.

Зовнішньо настойку з плодів перцю призначають як місцевий подразний і відтяжний засіб (при ревматизмі, простуді, ознобі та ін.). Препарати з стручкового перцю вводять також до складу деяких мазей і розтирань.

Способи застосування. *Настойка на спирті* (є в аптеках): 25,0; вживати по 10—20 крапель всередину для апетиту, а зовнішньо застосовувати як відтяжний подразник.

Настойка на горілці: 25,0; по 30—40 крапель, перед їдою.

Складноперцевий лінімент (є в аптеках) — для розтирань.

Мазь від обморожування (складна) з стручковим перцем (є в аптеках).

№ 141. Перстач гусячий, гусяча лапка, гусяче зілля, жаблір (Potentilla anserina); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Перстач — рід здебільшого багаторічних трав'янистих рослин з родини розових. В Радянському Союзі росте близько 150 видів перстачу, зокрема на Україні — понад 40 видів.

Перстач гусячий (мал. 80) — трав'яниста рослина з роду трав'янистих родини розових. Росте по луках, берегах річок та біля доріг. Це звичайна рослина, дуже поширена майже по всій території Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні. Гусячий перстач мало чим відрізняється від прямостоячого перстачу — калгану (Potentilla erecta).

Мал. 80. Перстач гусячий.

Мал. 81. Перстач прямостоячий.

Оскільки лікарське застосування гусячого перстачу дуже відрізняється від застосування прямостоячого перстачу, то, щоб не сплутувати ці дві рослини, наводимо точний ботанічний опис гусячого перстачу.

Стебла в цієї рослини не прямостоячі, а повзучі, завдовжки 10—15 *см*, у колінцях укорінливі. Листки пірчасті, багатопарні, зверху голі, знизу — сріблясто-пухнасті. На відміну від листків прямостоячого перстачу з їхніми розетками в колінцях, листки гусячого перстачу являють собою групи в 6—10 листочків, розташовані на одному стебельці, пилчастозубчасті, знизу біло-шовковисті.

Квітки в гусячого перстачу одиночні, на довгих квітконіжках у вузлах стебла Пелюстки квіток жовті; самі квітки досить великі — до 20 *мм* завширшки і до 15—30 *см* заввишки. Смак листків терпкий, запах квіток приємний. Цвіте рослина в травні — вересні; її траву збирають під час цвітіння, а насіння — коли воно дозріє.

У народній медицині гусячий перстач застосовують в основному у вигляді відвару з трави (а не з кореня) від

різної судоми і навіть від правця. Тим, хто страждає на судому, хоч би й рідкісну, краще вживати відвар як профілактичний засіб, тому що він діє повільно. Крім того, цю рослину вважають в'яжучим і таким, що очищує, як виражаються в народі, кров, і почасти болетамувальним засобом.

Корисний гусячий перстач і при спазмах та болях у шлунку, ліки з нього можуть регулювати функціональну діяльність товстих кишок і запобігати запорові, незважаючи на те, що в цій рослині є речовини, які мають в'яжучу силу.

Такий же самий відвар п'ють і при сильних маткових болях та при болісних менструаціях, тільки при цьому додають компрес із цієї рослини на нижню частину живота. Але в останньому випадку ефективніший відвар не з трави, а з насіння гусячого перстачу і не на воді, а на молоці (одна чайна ложечка насіння на склянку молока). Цей відвар треба випити протягом дня, за два рази. Відвар з цієї трави на козиному молоці в народі вважають сильним сечогінним засобом.

При жовчнокам'яній хворобі та при хворобах печінки ще ефективнішим є свіжий сік цієї рослини, змішаний порівну з свіжим соком зеленого жита. Вживати цю суміш соків треба по одній столовій ложці, три рази на день.

Спосіб застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; по 2—3 столові ложки, три рази на день.

№ 142. Перстач прямостоячий, куряче зілля, калган (Potentilla tormentilla або P. silvestris); з лікувальною метою використовують його кореневище.

Синонім: Potentilla erecta.

Прямостоячий перстач (мал 81) і лісовий перстач (подібні види) мають головним чином лікарське застосування в народній медицині: як в'яжучий, протизапальний, болетамувальний і оздоровлюючий легкий засіб.

Другий вид цієї рослини—гусячий перстач (див. № 141) має зовсім інше застосування — більше як протисудомний засіб, і використовують з цієї рослини не корінь, а траву. Тому гусячий перстач не слід сплутувати з прямостоячим перстачем, який ми описуємо в цій статті.

Прямостоячий перстач росте в лісах і гаях, де багато світла, та по широких і сухих лісових окраїнах і лише іноді — по вологих луках і болотах та між чагарниками.

Ця рослина поширена по всіх материках (крім Антарктиди), рос-

те майже по всій території Радянського Союзу, зокрема повсюди на Україні.

Стебла в цієї рослини заввишки 10—30 *см,* прямостоячі, висхідні (а не повзучі, як у гусячого перстачу), облиствлені у формі розеток, у верхній частині багаторазово розгалужені, вилчасті, короткопухнасті. Квітки одиночні, вгорі стебла (а не у вузлах його), золотисто-жовті; віночок з чотирьох пелюсток.

Кореневище у прямостоячого перстачу горизонтальне, нерівномірно потовщене, дуже тверде, циліндричне або бульбовидне, часто безформне, з численними ямчастими слідами коренів, завдовжки 3—4 *см* і завтовшки 1—2,5 *см;* ззовні воно темно-буре, на зламі — червоне. Свіже кореневище пахне потроху трояндою, смак у нього дуже терпкий.

У кореневищі прямостоячого перстачу є в достатній кількості дубильна речовина, а також і сліди ефірної олії, і саме завдяки цьому ліки з нього відомі в народі як в'яжучий, відхаркувальний, протизапальний, болетамувальний і заспокійливий засіб і їх дуже широко застосовують у народній медицині.

Перш за все ліки з кореневища цієї рослини корисні при маткових захворюваннях з болями та при болісних менструаціях як болетамувальний і кровоспинний засіб, який вживають всередину й застосовують зовнішньо.

Дуже допомагають ліки з кореневища цієї рослини при дизентерії, запаленнях і виразках шлунка й кишок, при розтягу легень (емфіземі), при туберкульозі легень, а особливо при простих проносах і кашлі.

Як зовнішній лікарський засіб, з кореня прямостоячого перстачу в народі виготовляють домашнім способом мазь і застосовують її від тріщин на шкірі рук і ніг, а особливо на губах (від вітру) у дітей і в дорослих. Відвар використовують для полоскання при цинготних захворюваннях, при ангіні та всяких запаленнях слизових оболонок в організмі людини.

Способи застосування. *Відвари:* 1) 25,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день, перед їдою.

2) 20,0 (на спирті); по 40 крапель, а якщо на горілці — то по півчарки, три рази на день.

Мазь для ясен: 10 частин настойки і 5 частин гліцерину, змішати.

Мазь із коріння: 5 *г* дрібно порізаного коріння взяти на склянку коров'ячого масла й варити протягом 5 хвилин.

Петрові батоги (Cichorium intybus) — див. *Цикорій дикий.*

№ 143. Петрушка посівна (Petroselinum sativum); з лікувальною метою використовують її корінь, листя й насіння.

Петрушка — дворічна рослина з родини зонтичних. Походить з Південної Європи (з острова Сардінії). В Радянському Союзі майже скрізь і зокрема всюди на Україні її вирощують як пряну овочеву рослину, заради листя й коріння.

Стебло в петрушки пряме, велике, борознисте, з'являється на другий рік, а на перший рік рослина дає лише розетку листків. Листки зверху блискучі, в окресленні трикутні; нижні — двопірчасті, клиновидно-обернено-яйцевидні, а верхні — потрійно розсічені, з суцільними вузьколанцетними частками. Квітки в складних зонтиках з загальною обгорткою багатьох квіткоиосних стебел; зубці чашечок непомітні, пелюстки зеленувато-жовті. Плоди — яйцевидні двосім'янки, стиснуті з боків; насіння гладеньке, дрібне, сіро-зелене. Смак гіркуватий, пряний. Запах сильний, ароматичний.

Плоди й трава петрушки містять у собі ефірну олію з апіолом і міристицином; останні виявляють сильну скоротливу дію на мускулатуру матки, тому петрушку застосовують іноді як абортивний засіб.

Насіння петрушки містить у собі жирну ефірну олію, завдяки чому його застосовують як сечогінний засіб (при запаленні нирок), а також як регулятор місячних і проти малярії. В зелені петрушки містяться каротин і вітамін С.

У науковій медицині цю лікарську рослину не використовують.

У народній медицині досить широко й різноманітно використовують насіння, листя й коріння петрушки.

Перш за все петрушку цінять у народі за те, що вона регулює місячні й є сечогінним засобом. Цю рослину знають також і як потогінний засіб при гарячці і навіть при малярії (вживають сік) і як вітрогінний засіб від хвороб шлунково-кишкового тракту (вживають коріння й насіння). Крім того, речовини, що містяться в петрушці, розчинюють пісок і камені сечостатевих органів.

З не меншою користю застосовують петрушку й зовнішньо: від наривів (листя) та забиттів, від хвороб шкіри на обличчі (ластовиння), від комариних і бджолиних укусів (свіжий сік), а також як антипаразитний засіб від вошей (мазь із насіння). Крім того, петрушка, якщо

її жувати, перебиває неприємний запах з рота після вживання часнику.

Способи застосування. *Відвар:* 30,0—200,0; вживати по дві столові ложки, три рази на день.

Свіжий сік: вживати по одній—дві чайні ложечки, три рази на день.

Мазь із насіння або соку чи згущеного відвару: одна частина на 4 частини основи.

Насіння товчене: вживати по 0,5—1,5 *г*, 3—4 рази на день або інакше: півложки товченого насіння на дві склянки холодної води; настоювати протягом 8 годин і вживати по півсклянки, 4 рази на день.

Печінкова трава (Fumaria officinalis) — див *Рутка лікарська.*

№ 144. Пижмо звичайне, дика горобинка, польова горобинка, коровай, рай-цвіт та інші назви (Tanacetum vulgare); з лікувальною метою використовують квітки й насіння цієї рослини.

Мал. 82. Пижмо звичайне.

Пижмо (мал. 82) — багаторічна рослина з родини складноцвітих. Поширена в помірній зоні Радянського Союзу й зокрема повсюди на Україні. Росте на полях (на межах), по луках, у гаях, між чагарниками, поблизу доріг і жител.

Рослина досить груба, прямостояча, утворює кілька стебел. Стебла борознисті, голі, рідше опушені, трохи дерев'янисті, у верхній частині гіллясті. Листки чергові, при розтиранні дуже пахнуть, зверху темно-зелені, знизу — сірувато-зелені; нижні листки черешкові, стеблові — сидячі, пірчасторозсічені, цупкі, великозубчасті. Численні золотисто-жовті квіткові кошики зібрані на верхівках стебел у плоскі щитковидні яскраві суцвіття, які помітні здалеку. Всі квітки трубчасті, без волосистого чубка. Обгортки черепичасті, а самі квіткові кошики зокрема мають вигляд жовтих гудзиків невеликого розміру. Заввишки пижмо досягає 1 *м*.

Цвіте рослина з червня по вересень. Заготовлюють молоді квітки її в червні — липні, а спіле насіння — восени. Вся рослина має характерний камфорний запах, тому що вона містить у собі ефірну

камфорну олію, до складу якої входить глистогінна речовина, яка вбиває аскариди. Є в рослині й дубильні речовини.

У науковій медицині пижмо якщо й застосовують, то тільки як глистогінний засіб, до того ж препарати з цієї рослини суворо дозують, бо рослину вважають **отруйною.**

У народній медицині цю рослину використовують досить широко. Крім того, що відвар квіток і насіння пижма є ефективним засобом для виганяння аскарид і гостриків, а іноді й стьожкових глистів, цей лікарський препарат часто вживають жінки, коли у них припиняється менструація. Ці ліки вживають також для боротьби з жовтяницею, від проносів, кишкових запалень та інших розладів шлунка.

Крім того, в народі користуються квітками й насінням цієї рослини як заспокійливими засобами від ломоти (при ревматизмі), головного болю, іпохондрії й навіть епілепсії, а жінки вживають ці ліки й від хвороб матки.

Препарати з цієї рослини часто застосовують і як протигарячковий і проносний засіб, особливо при глистах у дітей.

У народній ветеринарії також цінують цю лікарську рослину й дають худобі траву її з квітками для збудження у тварин шлункової діяльності, а зріле насіння — проти глистів.

Відповідно до того, якою мірою ця рослина отруйна, її відносять до протипаразитних засобів, і тому протягом останнього часу її посилено вивчають у ВІЛАРі. В Інституті відмічено, наприклад, що квітки й листя цієї рослини паралізують мух на 100% за 15 хвилин.

У народі пижмо давно знають як засіб, що відганяє комах (мух і бліх) і замінює собою нафталін у боротьбі з міллю й блощицями.

Що пижмо має інсектицидну силу, про це знають також і м'ясники, які порошком з трави й квіток цієї рослини притрушують свіже м'ясо і таким чином запобігають тому, щоб мухи не відкладали на нього яйця.

Оскільки ця рослина **отруйна,** то її треба суворо дозувати при вживанні з лікувальною метою. При вагітності вона протипоказана.

Способи застосування. *Відвари квіток:*
1) при запаленні кишок: 5,0—200,0; випити за три рази.
2) 20,0—200,0 вживати як глистогінний засіб, по одній столовій ложці, три рази на день.

Відвар насіння: одну чайну ложечку розтертого насіння пижма на одну склянку окропу; кип'ятити протягом 10 хвилин; вживати по склянці, вранці і ввечері (також при глистах).

Порошок з квіток, з медом; по 2—3 *г,* 2—3 рази на день.

Порошок з трави: 10,0; змішати з порошком насіння гарбуза (70,0); спожити протягом однієї години з проносним засобом через дві години (при солітері).

Настойка: 25,0; по 30—40 крапель, три рази на день (при хворобах шлунка).

Клізма (коли виганяють гостриків): одну столову ложку порошку з насіння пижма змішують з двома середніми зубками часнику й протягом 10 хвилин варять у двох склянках молока в накритій посудині на легкому вогні. Проціджене і введене ще теплим через клізму треба затримати якомога довше, щоб видалилися всі гостриків (перестає свербіти). Цю процедуру можна повторити.

№ 145. Пирій повзучий, або звичайний, пиріяка, житняк (Agropyrum repens); з лікувальною метою використовують коріння цієї рослини.

Пирій повзучий (мал. 83) — багаторічний злак-бур'ян, рослина з родини злакових, з довгим, гіллястим, повзучим кореневищем, завдовжки часто до 3 *м.* Росте на луках, перелозі, на польових орних землях і на городах. Поширений по всій території помірного поясу Радянського Союзу й зокрема всюди на Україні, а також по всій території зарубіжної Європи та в помірних поясах інших материків.

Стебла у повзучого пирію заввишки 60—100 *см,* голі, гладенькі. Листки широкі, лінійні (до 1 *см* завширшки), зелені або сизуваті. Колоски вузькі, прямі, 7—15 *см* завдовжки, 5—10 квіткові.

Коріння цієї рослини для лікувальної мети збирають весною або восени. Сушать його, як звичайно, в тіні, але можна, зібравши й помивши його, протягом короткого часу потримати й на сонці, на вітрі, щоб воно зав'яло.

У науковій медицині кореневище повзучого пирію використовують іноді як обволікаючий (в ньому є слиз), сечогінний і як легкий проносний засіб, а також як основу для пілюль.

У народній медицині препарати з коріння цієї рослини застосовують від геморою (від «закритого», без шишок), при хворобах сечівника, при жовчнокам'яній хворобі та при каменях у нирках, а крім того, як очисний засіб — при жовтяниці й водянці.

У народі знають також, що ліки з повзучого пирію є

сильним засобом, який відновлює порушений обмін речовин. Таку дію цих ліків особливо можна помітити, коли їх вживати при частих або масових шкірних хворобах (частих чиряках, наприклад). Для цього вживають міцний відвар пирію (20,0—200,0), по одній склянці, три рази на день, протягом трьох—чотирьох тижнів з додаванням ванн один—два рази на тиждень з відвару 50 *г* на піввідра—відро води.

Мал. 83. Пирій повзучий.

Таке саме лікування корисне й при золотусі та рахіті, а при хронічному запорі треба застосовувати зовнішнє лікування: приймати сидячі ванни й клізми; можна також вживати відвар всередину.

Способи застосування. *Відвари:* 1) 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, а іноді по склянці, три рази на день.

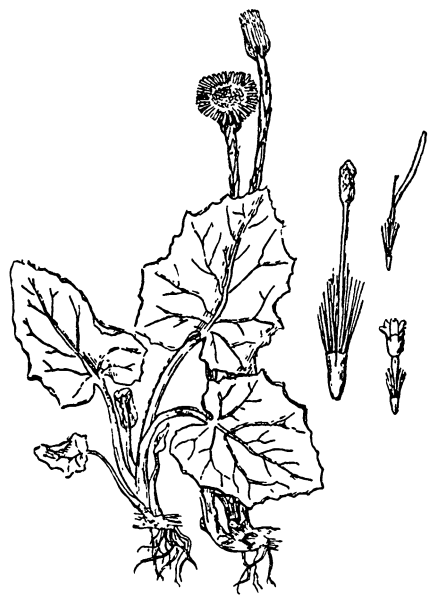
2) 90,0—800,0: варити до $^1/_4$ густоти; вживати по одній столовій ложці, 4—5 раз на день.

№ 146. Підбіл, мати-й-мачуха, білокопитник (Tussilago farfara); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Підбіл (мал. 84) — багаторічна трав'яниста рослина з родини складноцвітих. Росте як бур'ян у ярах, по ровах, а здебільшого по берегах річок. Поширений на території Радянського Союзу, в тому числі й по всій Україні, а також у Малій Азії, Північній Африці та Північній Америці.

У підбілу повзуче кореневище, з численними лускатими листками на стеблах і дрібні жовті квітки, зібрані на кінцях квіткових стебел в одиночні кошики, що перетворюються при дозріванні в пухові головки, як у кульбаби.

Стебла в підбілу прямостоячі, заввишки 5—25 *см,* шерстисто-опушені, густо покриті яйцевидно-довгастими листковими лусочками, часто бурувато - червонуватого кольору. Квіткові кошики одиночні, 2—2,5 *см* у діаметрі, до і після цвітіння часто пониклі. Цвіте підбіл до появи листя, жовтим цвітом. Листки прикореневі, з'являються після цвітіння, округло-серцевидні, кутасті, нерівнозубчасті, досить великі (з розкриту долоню руки), різної величини, за формою схожі на нижню поверхню кінського копита.



Мал. 84. Підбіл звичайний.

Відмітною особливістю цієї рослини є те, що листки у неї зверху голі й гладенькі, а знизу — білоповстисті. При дотику до листка він здається зверху холодним, а знизу — теплим, тому рослина в народі називається ще «мати-й-мачуха».

У науковій медицині підбіл мало застосовують. Хоч його допускають лише до складу так званих грудних чаїв, проте варто було б краще вивчити хімічні властивості цієї рослини.

У народній медицині підбіл застосовують досить широко. Використовують квітки й листя разом, причому

квітки краще рвати рано навесні, а молоде листя — після обсіменіння квіткових кошиків.

Всередину ліки з підбілу вживають при всіх грудних хворобах (катарах) як легкий потогінний, протизапальний та відхаркувальний засіб; при гострому й хронічному бронхіті, при простому катарі легень, в усіх випадках запалення слизової оболонки внутрішніх органів, тобто при катарах шлунка, кишок, при запальних процесах у нирках, при катарі сечового міхура та в інших випадках.

В усіх подібних випадках краще вживати всередину відвар, а зовнішньо прикладати свіже листя до хворого (болючого) місця. Особливо це рекомендується при гарячці — прикладати листя до грудей. Так само треба застосовувати підбіл при бешисі — краще у формі порошку, присипати уражені місця, а всередину вживати відвар, по одній чайній ложечці на день, за три рази.

Взагалі в народі підбіл визнають дуже цінною за своїми цілющими властивостями рослиною, ліки з якої є не тільки потогінним, протизапальним і відхаркувальним засобом, а також жарознижувальним і зміцнювальним засобом, при туберкульозі легень, наприклад, на початку захворювання. У цих випадках, як і в попередніх, підбіл застосовують таким самим способом: відвар вживають всередину, а свіже листя прикладають до грудей.

Корисний підбіл і при золотусі (у таких випадках його вживають у вигляді чаю) та при загальній слабкості організму.

Крім того, в народі зовнішньо підбіл застосовують при наривах для прискорення дозрівання їх, від хронічних ран і навіть від зубного болю (втягувати дим у рот). Автор неодноразово перевіряв, наскільки корисно застосовувати підбіл від наривів, і відзначив, що свіже листя цієї рослини або сік з нього дає кращі наслідки, ніж припарки.

Корисно також міцним відваром підбілу мити голову від випадання волосся та від лупи з свербінням. Для більшого ефекту краще заварити разом з підбілом також листя жалкої кропиви — по дві столові ложки одного й другого на склянку окропу.

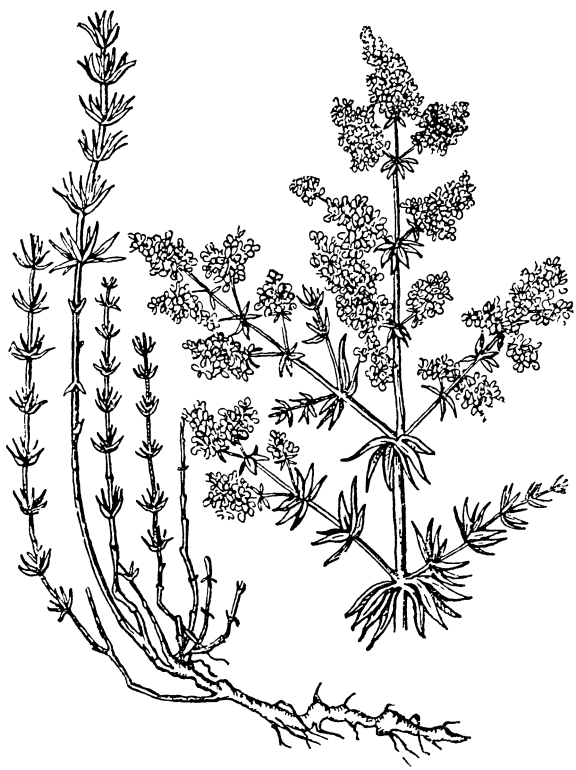
Свіжий сік з листя підбілу, якщо його втягувати в ніздрі, рятує від нежитю.

Треба ще сказати, що лікувальна дія підбілу хоч і повільна (нехай це не бентежить вас), але позитивна й не призводить до побічних ускладнень.

Спосіб застосування. *Відвар:* 10,0 або 15,0 на 200,0; по 2—3 столові ложки, 3—4 рази на день.

Підгорішник (Asarum europaeum) — див. *Копитняк європейський.*

Підлісок (Viola odorata) — див. *Фіалка запашна.*



Мал. 85. Підмаренник справжній.

№ 147. Підмаренник справжній, медівник, батіжки, дрібноцвіт (Galium verum); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Підмаренник (мал. 85) — багаторічна рослина з родини маренових. Росте на сухих пагорбах, луках, при дорогах, на межах, схилах, на полях, по чагарниках.

На Україні поширений повсюди. Рослина досягає заввишки 15—80 *см*, має прямі, короткоопушені, слабкі стебла, висхідні з гіллястого кореневища. Листки у підмаренника знизу сірувато-бархатисто-опушені, а зверху — темно-зелені, блискучі, вузьколінійні, гострокінцеві, по 8—12 в кільці. Квітки в довгій, густій, пірамідальній волоті, яскраво-жовті, дрібні, мають медовий запах. Цвіте підмаренник з кінця червня до серпня. Смак у рослини гіркий, терпкий. Збирають рослину з квітками.

Хімічні властивості й фармакологічні особливості підмаренника ще не досліджено.

В гомеопатії з свіжої трави цієї рослини виробляють есенцію, у тібетській медицині використовують її коріння.

У нашій народній медицині влітку вживають всередину вижатий сік підмаренника (по одній чарці або по дві чайні ложечки, три рази на день), а в зимову пору — відвар з сушеної трави (40 *г* на літр окропу; по одній столовій ложці, три рази на день) при водянці, хворобах нирок, висипах, екземах і наривах.

Зовнішньо від ран і наривів застосовують сік або присипку з потертих квіток підмаренника. Сік з цієї рослини є й добрий кровоспинний засіб.

Загалом, відповідно до народного досвіду, в цій рослині відмічається сечогінна, кровоспинна й така, що регулює обмін речовин в організмі, сила.

Плакун (Chamaenerium angustifolium) — див. *Іванчай вузьколистий.*

№ 148. Плаун булавовидний, п'ядич булавовидний, плаун звичайний, п'ядич звичайний, звадник, незайманик (Lycopolium clavatum); з лікувальною метою використовують траву й спори цієї рослини.

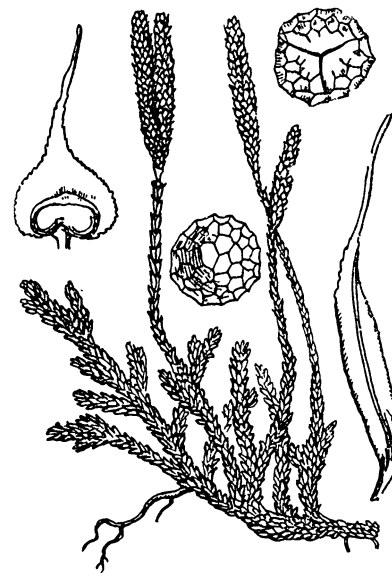
Плаун булавовидний (мал. 86) — це багаторічна трав'яниста рослина з повзучими стеблами, від яких відходять висхідні гілки. Стебла розгалужені й густо усіяні дрібними, лінійно-ланцетними, загостреними в довгий білий волосок, листочками. На кінцях гілочок, на видовжених ніжках, утворюються від двох до п'яти прямостоячих, у вигляді виделок, колосків, з яких у кінці липня або в серпні висипаються бархатисті, жирні, ніжні, жовті спори у вигляді порошку, який не змочується водою.

Росте булавовидний плаун у хвойних і мішаних лісах, серед чагарників і мохів; на Україні поширений повсюди.

Ця рослина спорова, тому вона не цвіте.

Збирають рослину обережно, зрізуючи ножицями гілочки й підставляючи яку-небудь посудину (краще, якщо паперову торбиночку, тому що спори, навіть якщо дуже помаленьку струснути гілочку, легко розсіваються). Тому краще, якщо гілочки з цієї рослини збирати вранці, при росі, коли тиха й волога погода. Сушити гілочки треба на папері в приміщенні, де нема ні найменшого вітерцю. Спори відокремлюються від самої рослини, а потім, коли вони висохнуть, їх треба просіяти на густе (шовкове) сито.

Спори дуже текучі й легко можуть висипатися навіть крізь маленький отвір або щілину в посудині. Тому краще, якщо їх зберігати в пляшках або в щільних паперових торбиночках, укладених у дерев'яний ящик. Листки гілочок не слід мішати з спорами, тому не рекомендується розтирати гілочки в руках, їх треба відокремлювати просіюванням. Пил від спор легко займається на повітрі, тому треба дуже обережно поводитися з вогнем у тих випадках, коли ви що-небудь робите з спорами цієї рослини.



Мал. 86. Плаун булавовидний.

Булавовидний плаун особливо багатий на жирну невисихаючу олію і має широке технічне застосування в металургії (при литті) й виготовленні фейєрверків.

У медицині спори булавовидного і деяких інших видів плауну цінять, як найкращу дитячу присипку, а у фармацевтиці їх використовують для обсипання пілюль; вони корисні також і як присипка для ран і запрілих місць.

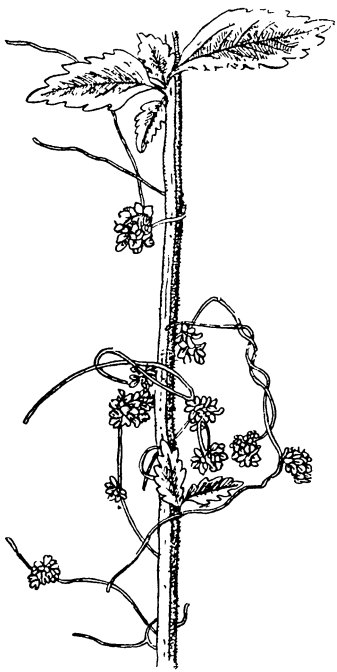
Всередину вживають відвар із спор і трави булавовидного плауну, та й то тільки в народній медицині — при всіх хворобах нирок і сечового міхура, як протизапальний і болетамувальний і почасти сечогінний засіб. Завдяки першій і другій своїм властивостям цей відвар корисний і при хворобах печінки, а також дихальних шляхів. У цих випадках його вживають тільки сам або в поєднанні з іншими подібними засобами. Відвар, якщо нема спор, можна робити й з гілочок рослини.

Спори булавовидного плауну в науковій медицині відомі під назвою лікоподій.

Способи застосування. *Відвар спор:* дві столові ложки спор на 2 склянки сирої води, кип'ятити протягом 15 хвилин; пити по одній столовій ложці (разом зі спорами), через кожну годину.

Відвар квіток: 30—40 *г* на літр води, кип'ятити й вживати по дві столові ложки, через кожну годину.

Плющик (Glechoma hederacea) — див. *Розхідник плющовидний.*



Мал. 87. Повитиця європейська.

№ 149. Повитиця європейська, привитиця, сплітачка (Cuscuta europaea).

Це однорічна паразитна рослина (мал. 87) з родини повитицевих. Паразитує на кропиві, хмелі та на інших трав'янистих рослинах, як, наприклад, на лаванді (в Криму). Росте майже по всій території помірного й субтропічного поясів Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, а також у зарубіжних країнах.

Повитиця — безхлорофільна, тобто не зелена, а бліда, ніби безкольорова, червонувата рослина з тоненькими виткими стеблами, з усадженими на них присосками. Листки в неї дрібні, лусочкоподібні. Квітки на коротких ніжках, у кулястих пучках, з покривним листком при основі. Чашечка п'ятилопатева, майже вдвоє коротша за віночок, при основі м'ясиста. Віночок дзвоникуватий, п'ятилопатевий, з тупими, загнутими всередину, лопатями.

У науковій медицині цю рослину майже не використовують.

У народній медицині ліки з неї вживають всередину при мізерних місячних, а також для очищення після родів, а зовнішньо (у вигляді свіжого соку з оцтом і сіллю) — від застарілих висипів.

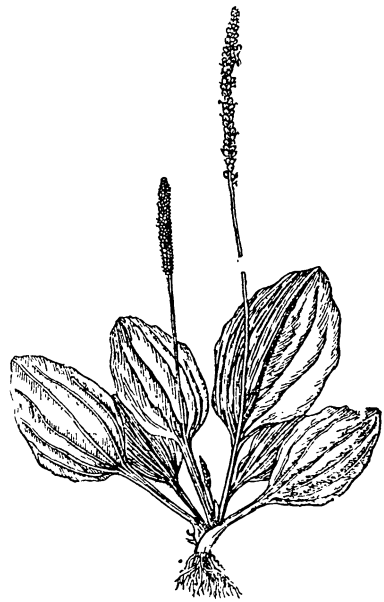
Повитицю використовують для лікування також у гомеопатії та в тібетській медицині.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Суміш ліків для зовнішнього застосування: соку з трави повитиці — одна чарка, оцту — одна чайна ложечка й пів чайної ложечки солі; все змішати.

Повійка (Convolvulus arvensis) — див. *Берізка польова.*

№ 150. Подорожник великий, ранник, семижильник, порізник, поранник, бабка (Plantago major); з лікувальною метою використовують траву й насіння цієї рослини.



Мал. 88. Подорожник великий.

Подорожник великий (мал. 88) — рід трав'янистих рослин з родини подорожникових.

Для лікувальної мети в народі, а також і в науковій медицині, більше використовують подорожник великий (насіння з нього). Ця рослина поширена майже по всій території Радянського Союзу, в тому числі росте й всюди на Україні — поблизу доріг (тому й називається подорожником), на луках, на пустирях, а також і в лісах при дорогах.

Як добрий лікарський засіб, великий подорожник був відомий ще з 10-го сторіччя перським і арабським лікарям.

Стебло в цієї рослини пряме, голе, з дрібними й непоказними квіточками вгорі, зібраними в щитковидно-волотисті суцвіття, схожі на колоски. Листки прикореневі, широкі, загострені на кінці, з жилками (звідки й друга народна назва — семижильник), які після розриву листка залишаються, ніби вони не порвані, й висять. Плоди — коробочки з двома блискучими насінинами.

Насіння великого подорожника, яке використовують іноді і в науковій медицині, багате на слиз, і його цінять у народній медицині як обволікаючий і протизапальний засіб.

Слиз із насіння великого подорожника, попадаючи в кишечник, обволікає запалені стінки його й захищає їх від подразнення їжею і тому дуже корисний при

запальних станах шлунка й кишечника (при проносі, при ахілії кишок і при запорах). Це насіння не отруйне і його можна вживати у великих дозах, у такому випадку воно має проносну дію і, звичайно, допомагає при запорі. Насіння великого подорожника застосовували в Індії (проф. Чопра) навіть при дизентерії й тривкому хронічному проносі.

До речі, в подібних випадках у нашій народній медицині з не меншим ефектом застосовують і листя цієї рослини (відвари з нього). Це можна підтвердити й особистим досвідом автора.

У народі листя подорожника застосовують широко і успішно. Воно допомагає від слабкості й засмічення шлунково-кишкового тракту і навіть при кривавому блюванні; його вживають при гострому бронхіті й при інших внутрішніх катаральних станах, а також від нічного нетримання сечі.

Але особливо цінять у народі листя великого подорожника як зовнішній засіб. Найчастіше це листя застосовують у вигляді свіжопотовченої маси як радикальний очисний засіб при хронічних ранах або виразках, для боротьби з так званим диким м'ясом (caro luxurians) та з іншими ускладненнями застарілих ран. Свіжий сік з листя великого подорожника ефективніший за припарку.

Крім того, листя цієї рослини застосовують від порізів, чиряків, забиттів, від запальних опухів (краще, якщо вживати свіжий сік) і навіть при зубному болі (полоскати рот відваром або прикладати настойку на зуб).

Помічено, що сік з листя великого подорожника (потовчене листя) має чудову болетамувальну й таку, що не допускає до опуху, дію при укусах бджіл, ос і джмелів (особистий досвід автора) і навіть при укусі гадюки (відомо з народного досвіду). Якщо дуже подавлені руками листки прикладати досить товстим шаром до місця укусу й часто міняти їх, вони можуть виссати отруту, знеболити, не допустити опухання. Звичайно, це рекомендується в тому нещасному випадку, коли нема швидкої лікарської допомоги.

Листя великого подорожника застосовують і при бешисі, обсипавши його перед цим товченою крейдою.

Багато що з вищезазначеного автор перевірив сам, своїм досвідом.

Інші різновидності подорожника: подорожник середній і подорожник ланцетолистий — виявляють майже таку саму дію на організм людини і ними також користуються в народі; незамінний лише слиз насіння великого подорожника.

Ця рослина користується широкою популярністю в народі.

Способи застосування подорожника в народі. *Відвар листя:* 10,0 або 15,0 на 200,0; настоювати протягом 15 хвилин; вживати по одній столовій ложці, 3—4 рази на день.

Відвар насіння, або *слиз:* 10,0—100,0; докладніше:

1) беруть 10 *г* товченого насіння на 100 *мл* окропу — це на один раз; можна й не проціджувати; при ахілії обов'язково треба процідити; вживати так три рази на день;

2) 10,0—200,0; по одній столовій ложці, 2—3 рази на день як відхаркувальний засіб.

Домашній пластир від нариву: потовчене свіже листя подорожника змішати з сіллю, свинячим салом та з м'якушкою з хліба.

№ 151. Полин гіркий, або справжній (Artemisia absinthium); з лікувальною метою використовують його траву.

Полин гіркий відноситься до напівкущових багаторічних трав'янистих рослин з родини складноцвітих. Росте поблизу жител, уздовж доріг і залізничного полотна, по засмічених місцях, на перелозі, трапляється і в посівах, як бур'ян. Поширений майже по всій території Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, в Середній Азії, майже по всій території зарубіжної Європи, в Монголії та в Північній Америці.

Це найзагальновідоміша з усіх видів полину коренепаросткова рослина, заввишки до 100 *см.*

Хімічний склад і властивості гіркого полину добре вивчено. Встановлено, що ця рослина містить у собі ефірну олію, що складається з туйлового спирту і отруйного кетону туйону. Сильна гіркість рослини зумовлена наявністю в ній двох гірких глюкозидів — абсинтину та анабсинтину; є в ній також дубильні речовини, вітамін С і фітонциди. Усе це говорить за сильну екстрактивність і фармакологічну цінність гіркого полину.

Полин відомий, більше з народного досвіду, як засіб, що збуджує апетит, регулює функціональну діяльність і зміцнює весь шлунково-кишковий тракт (особливо в поєднанні з корінням лепехи), а також як жовчогінний,

сечогінний, очисний, болетамувальний, заспокійливий, знезаражуючий, протизапальний і глистогінний засіб.

Хоч гіркий полин і включено до VIII видання Державної фармакопеї СРСР, але в науковій медицині препарати з нього (настої, тинктури та екстракти, здебільшого в поєднанні з іншими, подібними за своєю дією на організм, травами) застосовують дуже обмежено: власне, як гірко-пряну речовину, що збуджує апетит, та й годі.

У народній медицині гіркий полин застосовують дуже широко (до 38 випадків) і різноманітно, і в багатьох випадках досягають надзвичайно добрих наслідків.

Гіркий полин збуджує й посилює виділення шлункового соку й зміцнює шлунок, рятує від простого проносу й при дизентерії, заспокоює різь і болі (при запаленні сліпої кишки), полегшує від тяжкості в шлунку та від спазмів у ньому, спиняє печію, допомагає від вітрів, зменшує поганий запах з рота (від шлунка) або з носа, коли смердючий нежить.

Ця рослина корисна й при жовтяниці, при хворобах печінки, сечового міхура й нирок, при водянці та хворобах селезінки; вона допомагає при гарячці й малярії — у вигляді відвару або настойки; цим відваром, який вживають всередину й застосовують зовнішньо у вигляді клізми з додаванням часнику до відвару, виганяють круглих глистів і гостриків. Як протизапальний засіб, ліки з гіркого полину застосовують і як примочку для очей.

З досвіду багатьох, у тому числі й Кнейпа, помічено, що гіркий полин виявляє заспокійливу внутрішню дію, особливо, якщо вживати олію з його насіння, при безсонні, постійних запамороченнях, судомистому блюванні, спазмах у животі, а також при ядусі (з якої-небудь внутрішньої причини). В останніх двох випадках не без успіху застосовують і саму траву цієї рослини.

Але особливий ефект буває від зовнішнього застосування цієї трави. В таких випадках вона діє як знезаражуючий, болетамувальний і такий, що розганяє синці, засіб. Автор знає це з особистого досвіду. Свіжий сік з трави гіркого полину, що його застосовував автор при свіжих пораненнях, завжди швидко спиняв кровотечу, знезаражував тканину й затягував рану. Результати досліду на собі й на інших завжди були чудові. Не-

свіже листя (попарене) чи відвар або навіть тинктура з аптеки не давали бажаних результатів.

Застосування свіжого потовченого листя гіркого полину рятувало людей при забиттях, навіть дуже великих, коли груди й спина, наприклад, так побиті й порушені, що аж захоплює дихання, рятувало від небезпечних наслідків після них, знезаражуючи, спиняючи запалення й опух, розсмоктуючи й розганяючи синці. При вивихах, коли біль не перестає, хоч уже вправлено суглоб, це незамінний болетамувальний засіб.

Таку саму сприятливу дію виявляє подібне застосування гіркого полину й при болі від розтягу сухожилків. Свіжий сік з трави цієї рослини був настільки необхідним у подібних випадках (у зимовий період), що автор вдавався до консервування соку або до приготування з нього мазі.

Як знезаражуючий зовнішній засіб, гіркий полин корисний при виразках та застарілих ранах.

Як дезинфікуючий засіб, ліки з цієї рослини, вжиті всередину, допомагають, наприклад, при холері.

Відвар з трави гіркого полину або настойка (розведена у відношенні 1 : 10) допомагає при укусах комах.

Гіркий полин у суміші з боровим чебрецем (одна частина полину на 4 частини трави борового чебрецю) у вигляді відвару 15,0—200,0 вживають від алкоголізму в дозі по одній столовій ложці, три рази на день; строк лікування — два—три місяці.

При хворобах печінки гіркий полин вживають з шавлією (у відношенні 1 : 5) у вигляді порошку.

Ефективність гіркого полину підтверджується народним досвідом також і по боротьбі з блохами й вошами: якщо на ніч накласти полину під постіль, то блохи повтікають.

Способи застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; вживати по одній—дві чайні ложечки, три рази на день, за півгодини до їди.

Водний екстракт (є в аптеках): 25,0; по пів чайної ложечки, три рази на день.

Полиновий чай: одну чайну ложечку порізаного полину заварюють, як чай, у двох склянках киплячої води, настоюють протягом 20 хвилин, проціджують і вживають по чверті склянки, краще з додаванням меду, на смак, три рази на день, за півгодини до їди.

Апетитний чай: змішати 8 частин гіркого полину й дві частини деверію; одну чайну ложечку цієї суміші заварити на двох склянках окропу й вживати по чверті склянки, три рази на день.

Порошок: по одній пучці, або по 0,2—0,5 *г,* три рази на день.

Настойка (є в аптеках): 20,0; вживати по 15—20 крапель.

Олія з полинового насіння: взяти одну частину товченого насіння на 4 частини прованської олії, настоювати протягом 8 годин; вживати по одній—дві краплі (на цукор) для швидкого заспокоєння.

Мазь із полинового соку (краще, якщо із згущеного) для ран: одну частину на 4 частини основи.

Суміш для клізм: змішати дві склянки відвару полину з однією склянкою відвару середньої за величиною головки часнику. Це від гостриків.

Полин звичайний (Artemisia vulgaris) — див. *Чорнобил.*

Полуниці (Fragaria vesca) — див. *Суниці лісові.*

Польова горобинка (Tanacetum vulgare) — див. *Пижмо звичайне.*

Польовий кріп (Adonis vernalis) — див. *Горицвіт весняний.*

Польовий муріг (Linaria vulgaris) — див. *Льонок звичайний.*

Поранник (Plantago major) — див. *Подорожник великий.*

Порізник (Plantago major) — див. *Подорожник великий.*

Порічки чорні (Ribes nigrum) — див. *Смородина чорна.*

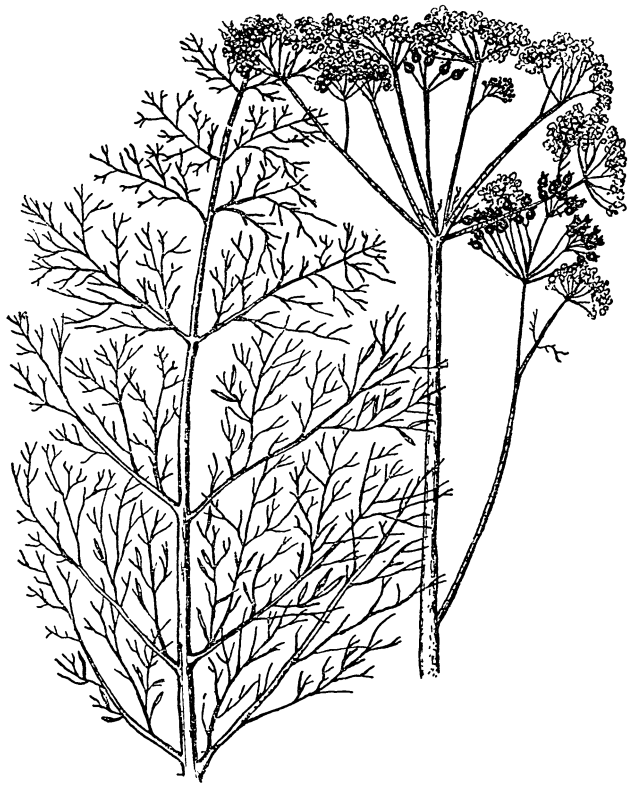
Почечуйник (Polygonum hydropiper) — див. *Гірчак перцевий.*

Праліска дзвінкувата (Anemone patens) — див. *Сонтрава лучна.*

№ 152. Прангос кормовий, прангос високий (Prangos pabularia); з лікувальною метою використовують його корінь.

Прангос (мал. 89) — багаторічна рослина з родини зонтичних. Дуже поширений у Таджицькій РСР на Гіссарському хребті. Росте в деревно-чагарниковому поясі, на дрібноземлисних або кам'янистих грунтах.

Стебло в цієї рослини заввишки до півтора метра, листки пірчасторозсічені; квітки в складних зонтиках, жовті; плоди — довгасто-овальні, дрібні. Корені потовщені, стрижневі, глибоко залягають



Мал. 89. Прангос кормовий.

у грунт. Для лікувальної мети корені цієї рослини можна заготовлювати у будь-яку пору року.

Кормовий прангос містить у собі ефірну олію з різким запахом, смоли, дубильні речовини й крохмаль (у корі кореня).

Завдяки науковим працям співробітників Ростовського університету на чолі з Б. В. Добровольським у 1946 р. було точно встановлено або визначено фармакологічну цінність кореня кормового прангосу: він може вбивати кліщів, які спричинюють коросту.

Відвар кореня цієї рослини корисно застосовувати проти корости не тільки для людей, але й для худоби.

Клінічно випробувано, що за 3—4 дні змазування відваром кореня кормового прангосу уражених коростою місць давало повне видужання. Змішані з настойкою йоду й звіробою відвар або настойку кореня цієї рослини застосовують для змазування ясен, щоб зміцнити їх. У цьому відношенні ці препарати можуть цілком замінювати імпортну лікарську сировину — знезаражуючу й зміцнювальну мірру (з Африки або Аравії).

Способи застосування. *Відвар:* 25,0—100,0; мазати місця, уражені коростою.

Суміш ліків для ясен: дві частини вищезазначеного відвару або настойки кореня прангосу змішати з настойками йоду й звіробою (25,0); кожної з цих настойок взяти по одній частині.

Привитиця (Cuscuta europaea) — див. *Повитиця європейська.*

Примула (Primula officinalis) — див. *Первоцвіт лікарський.*

Причепа (Bidens tripartitus) — див. *Череда трироздільна.*

Пристріл лучний (Anemone patens) — див. *Сон-трава лучна.*

Пустирник волохатий, пустирник звичайний (Leonurus cardiaca) — див. *Собача кропива звичайна.*

П'ядич булавовидний (Lycopolium clavatum) — див. *Плаун булавовидний.*

П'яна трава (Thermopsis lanceolata) — див. *Термопсис ланцетний.*

Рай-цвіт (Tanacetum vulgare) — див. *Пижмо звичайне.*

№ 153. Ракові шийки, змійовик (Polugonum bistorta); з лікувальною метою використовують корінь цієї рослини.

Ракові шийки (мал. 90) — багаторічна трав'яниста рослина з родини гречкових. Ростуть на вологих луках, на полях, поблизу річок, канав і ставків, найчастіше на торф'яному грунті — майже по всій території Радянського Союзу, в тому числі й на Україні; не ростуть лише на Кавказі та в Середній Азії.

Кореневище в цієї рослини товсте, трохи сплюснуте, має вигляд ракових шийок (тому рослина так і називається — ракові шийки), червоподібне, зігнуте у вигляді змії (звідси й друга назва росли-

ни — змійовик). Кореневище дерев'янисте, з залишками листків і стебел у вигляді численних рубців, буває завдовжки 5—10 *см*, завтовшки — 1—2 *см*, зовні темно-буре, на свіжому зламі — буро-рожеве. Прикореневі й нижні листки великі, довгасто-ланцетні, з довгими крилатими черешками.

Стебло в цієї рослини просте, високе (30—100 *см*), з небагатьма лінійними сидячими листками. Суцвіття одиночні, верхівкові, на довгому безлистому квітконосі, густі, колосовидні, довгасті, циліндричні. Квітки й оцвітина рожеві, запашні, як у гречки. Плоди — тригранні, темно-бурі, блискучі сім'янки, у вигляді горішків, як у гречки. Рослина, особливо її кореневище, має дуже терпкий смак. Цвіте в травні — липні.

Мал. 90. Ракові шийки.

За народним досвідом, ракові шийки є в'яжучим (у рослині багато дубильних речовин), кровоспинним а також сечогінним і таким, що регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту, засобом.

Всередину ліки з цієї рослини вживають у народі при хворобах сечового міхура та при жовчнокам'яній хворобі, при кровотечі з внутрішніх органів (при виразці шлунка або кишок, при проносах, дизентерії).

Зовнішньо ці ліки застосовують при ранах і кровотечах, при чиряках, запаленнях ясен та при дизентерії (ставлять клізму) і білях. Ліки з цієї рослини застосовують також і як примочку, для полоскання, спринцювання й клізми.

Всередину ліки з цієї рослини вживають не тільки у вигляді відвару або екстракту, але й у вигляді порошку (при кривавих проносах). Цей порошок замішують на меду й роблять з нього пілюлі вагою в $^1/_2$—1 *г*. Вживають ці пілюлі три рази на день. Можна вживати й просто порошок, треба тільки запивати його водою.

Взагалі екстрактом кореня ракових шийок, як сильним в'яжучим засобом, який вживають всередину й застосовують зовнішньо і який до всього ще й тамує зубний біль, якщо його на клаптичку вати прикласти до

хворого зуба, можна цілком замінювати в'яжучий препарат танальбін.

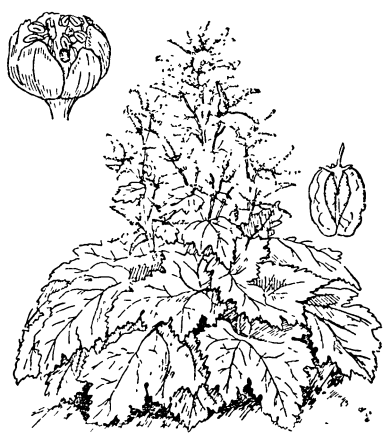
Способи застосування. *Відвари:* 1) 10,0 або 20,0 на 200,0 — для зовнішнього застосування: полоскань, спринцювань, клізм і примочок.

2) 5,0—200,0 — для вживання всередину; по півсклянки за один раз, 2—3 рази на день.

Екстракт: 30,0, а по-народному — відвар: 15,0—200,0, згущений до половини; вживати по 30—40 крапель, три рази на день.

Порошок: вживати по $^1/_2$—1 *г* за один раз, запиваючи водою.

Рідини з ліками для клізм або вливань у вагіну завжди повинні бути теплими, до ліків з ракових шийок часто буває необхідним додавати ліків з інших лікарських рослин (з лікарської рожі, з зозулинця чоловічого, лляного сім'я).



Мал. 91. Ревінь лікарський.

Ранник (Echium vulgare) — див. *Синяк звичайний.*

Ранник (Plantago major) — див. *Подорожник великий.*

№ 154. Ревінь чорноморський, або городній (Rheum rhaponticum); з лікувальною метою використовують його корінь.

Ревінь — рід багаторічних рослин з родини гречкових, який налічує до 30 видів. Це звичайно великі багаторічні трав'янисті рослини з сильно розвинутою кореневою системою і могутнім кореневищем; прикореневі листки здебільшого великі, зібрані в прикореневу розетку. Квітки з шести часток, зібрані в суцвіття на кінцях стебел. Плоди — тригранні горішки з більш або менш розвинутими крильцями різного забарвлення.

Ревінь чорноморський, або городній, поширений по всій території помірної смуги Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні. Він мало чим відрізняється від інших видів цього роду, от хіба що тільки тим, що має, хоч і таке саме за коротке і таке саме за товсте, як і в них, кореневище, але меншого розміру, а листки у нього не пилчасто-лопатеві, а округлені, яйцевидні. Плоди у нього тригранні, але зверху овальні, з виїмками біля основи.

Ревінь чорноморський розводять як городню культуру. Корені копають, як звичайно, на 3—4-й рік життя рослини, коли вона вже немолода, «дозріває».

У медицині більше використовують кореневища тангутського й лікарського ревеню.

В цій книзі ми подаємо малюнок лікарського ревеню (мал. 91), який дуже схожий на городній. Хімічні властивості й фармакологічне значення цих різновидностей ревеню майже однакові.

Ревінь має багато цінних лікарських властивостей. Якщо його вживати у великих дозах (по 0,2—2,0), він діє, як проносний засіб. Цю його властивість використовують при запорах і при кишкових захворюваннях. Наслідок настає через 10—12 годин. У малих кількостях ревінь, навпаки, виявляє в'яжучу дію й допомагає проти диспепсії та проти катарів шлунка з недостатньою кислотністю (зменшена доза — 0,05—0,2); у середніх кількостях (0,2) його вживають як жовчогінний засіб при кам'яній хворобі.

Так застосовують порошок з кореня ревеню, який є в аптеках, а також екстракт, сироп (для дітей) та настойку (також є в аптеках). Цю настойку-суміш ревеню з тирличем і корінням лепехи вживають при атонії кишечника та при метеоризмі — і взагалі ці ліки регулюють функціональну діяльність всього шлунково-кишкового тракту.

У народі ревінь застосовують при недокрів'ї та при туберкульозі.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день, а якщо його треба вжити як проносний засіб, то випити за один раз.

Порошок-суміш: ревеню — 15 частин, кропу — 35 частин, магнезії — 50 частин; все це змішати й вживати по 0,5—2,0, тобто, починаючи з кількості, яка вміщується на кінчику складаного ножика, до пів чайної ложечки.

Дітям — від 0,1 до 0,5 або до 1,0 *г.*

№ 155. Редька посівна, або чорна чи городня (Raphanus sativus); з лікувальною метою використовують її коренеплід.

Редька — однорічна або дворічна овочева рослина з родини хрестоцвітих. Її вирощують повсюди, де займаються городництвом.

Походить ця рослина з берегів Середземного моря. Є редька чорна та біла. Вживають у їжу й застосовують з лікувальною метою більше чорну редьку.

Недавно в коренеплоді редьки виявлено сильну бактерицидну речовину лізоцин у досить значних кількостях та аскорбінову кислоту (вітамін С), яка запобігає цинзі.

Як лікарський засіб, редьку в науковій медицині не застосовують.

У народній медицині редьку досить часто вживають як протипростудний (коли хворого морозить), сечогінний і такий, що збуджує апетит, засіб. Її вживають у народі і як відхаркувальний засіб при горлових і легеневих хворобах (у формі льодяників з сиропу на її соку).

Редька часто замінює собою відтяжні засоби, бо її дія на організм подібна до дії гірчичнику (але слабша) при внутрішніх запаленнях та головних і грудних хворобах. Крім того, якщо її вживати всередину, вона допомагає при боротьбі з різними шкірними хворобами, а якщо її застосовувати зовнішньо, вона є корисним засобом від плям на обличчі. І для цієї й для другої мети готують витяжку з редьки на вині.

Цю витяжку роблять так: видавлений з тертої редьки сік змішують наполовину з вином і випаровують до половини (правильніше — поки не загусне) в духу в накритій посудині (в селі — в горщику, накритому покришкою, яку замазують тістом). Цю витяжку застосовують від різних шкірних хвороб на обличчі. Її вживають і всередину, по одній чайній ложечці, три рази на день.

Редька допомагає й при паралічі язика (її треба жувати), а також при недокрів'ї. В цьому випадку її треба вживати в суміші з буряком і морквою порівну.

Цю суміш лікарських засобів готують так: труть на тертку коренеплоди цих грьох рослин, видавлюють із них сік, зливають його в темну пляшку, яку обмазують тістом, але так, щоб вона не була щільно заткнута, щоб рідина могла випаровуватися з неї, і ставлять у піч на три години, щоб сік умлівав. Вживати по одній столовій ложці, три рази на день, перед їдою. Це радикальний засіб від недокрів'я. Строк лікування — два—три місяці.

Свіжий сік з редьки п'ють у народі по 2—3 столові ложки на день при каменях жовчного міхура, але не сам його, а як додатковий засіб до основного лікування. Сік треба вживати одночасно з основним лікарським засобом, але так, щоб не змішувати з ним.

Свіжий сік з редьки для апетиту краще вживати, змішуючи його наполовину з пивом або вином, по одній чарці, перед їдою.

Бджолярі й багато хто з лікарів (К. Апініс, Ад. Ертель і Рафф) рекомендують редьку для лікування в поєднанні з медом.

Добре, якщо сік з редьки, змішаний наполовину з медом, вживати з профілактичною метою, починаючи з півсклянки й довести цю кількість до двох склянок на день. Це запобігає утворенню каменів у жовчному міхурі й нирках, а також перешкоджає розвиткові атеросклерозу, хвороб печінки та водянки.

Оригінальний народний спосіб добування цього складного соку-суміші: в редьці просвердлюють або видовбують місце, але не до дна, і заповнюють це порожнє місце медом, затикають кусочком редьки й ставлять редьку в тепле місце на 4 години; потім рідину виливають — і лікарський сік готовий. Його можна вживати й частіше, через годину, але тоді його треба пити по 2—3 столові ложки, а дітям давати його по одній чайній ложечці.

Цим соком можна замінювати вищезгадані льодяники, які дають менший ефект і завдають багато клопоту тому, хто їх готує. Цей сік не тільки розріджує мокротиння й зменшує кашель, але й усуває охриплість, якщо вона виявиться при цьому. Достатньо вживати по одній столовій ложці цього соку, три рази на день.

Є в народі й зовнішній засіб з соку редьки (також складний) від ревматизму, для втирання. Беруть 1,5 *мл* соку, змішують з однією склянкою чистого меду, з півсклянкою горілки й однією столовою ложкою солі; добре збовтують і втирають у хворе місце.

Реп'яхи (Arctium majus) — див. *Лопух справжній.*

Рипка (Achillea millefolium) — див. *Деревій звичайний.*

Ріжник (Symphytum officinale) — див. *Живокіст лікарський.*

№ 156. Ріпа, ріпак, гризучка (Brassica rapa); з лікувальною метою використовують її коренеплід.

Це всім відома городня рослина з коренеплодом.

З лікувальною метою її мало вживають у народі, лише для боротьби з гострим кашлем — у вигляді соку з цукром на смак, а ще краще з медом. Такий ріповий сік

треба вживати по одній—дві столові ложки, 3—4 рази на день. На організм ліки з ріпи діють слабше за ліки з редьки.

№ 157. Родовик лікарський, сухозлотиця, стягникров, грижник, чорноголовка (Sanguisorba officinalis); з лікувальною метою використовують корінь цієї рослини.

Мал. 92. Родовик лікарський.

Родовик лікарський (мал. 92) — багаторічна трав'яниста рослина з родини розових. Росте на луках і серед чагарників, на узліссях і на окраїнах боліт. Дуже поширений у помірній смузі Радянського Союзу, в тому числі й повсюди на Україні, а також по всій території зарубіжної Європи, в Монголії, Японії, Китаї та в помірній смузі Північної Америки.

Горизонтальні кореневище й корінь у родовика лікарського тверді, дерев'янисті, завтовшки 0,5—2 *см*, а завдовжки не більш як 12 *см*. Стебло гладеньке, пряме, у верхній частині гіллясте, заввишки від 20 до 100 *см*. Листки пірчасті, знизу блідо-зелені, сизуваті, тусклі, за формою довгасто-яйцевидні, пилковидно-зазублені. Квітки на довгих і прямих квітконосах, невеликі (15—30 *мм* у поперечнику), овальної або трохи довгастої форми, темно-коричнювато-червоні або чорно-пурпурові.

Корінь родовика має сильний терпкий смак, без запаху. Збирають корені родовика лікарського в липні — серпні, коли рослина цвіте.

У науковій медицині родовик лікарський досить добре вивчено. Ліки з цієї рослини дуже широко застосовують як кровоспинний, протизапальний, в'яжучий і зміцнювальний, болетамувальний і бактерицидний (дезинфікуючий) засіб — і всередину, й зовнішньо (при амебній дизентерії та бактеріальних запаленнях слизової оболонки).

Застосовувати ліки з родовика рекомендується при запаленнях слизових оболонок (у роті, носі і т. д.), а особливо ж при бактеріальних запаленнях: при трихомонадному запаленні вагіни, при грипі, ангіні та ін.

Як в'яжучий і кровоспинний засіб, ліки з цієї рослини вживають при всіх сильних розладах функціональної діяльності шлунка й кишок, при проносі, навіть кривавому, при кровохарканні та матковій кровотечі.

Люди з свого досвіду давно впевнилися, що ця рослина корисна як лікарський засіб, особливо при кривавих проносах, і успішно користуються нею, виготовляють з неї простими способами відвари або екстракти.

Способи застосування. *Відвар:* 15,0—200,0, а іноді 30,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, 5—6 раз на день.

Екстракт: 30,0 або згущений відвар; по 50 крапель, або по одній неповній чайній ложечці, 3—4 рази на день.

№ 158. Рожа лікарська, дика рожа, калачики аптечні, маковійник, дикий мак та інші народні назви (Althaea officinalis); з лікувальною метою використовують коріння цієї рослини.

Це багаторічна рослина (мал. 93) з родини мальвових. Поширена в середній і південній смугах Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі майже всюди на Україні. Росте на вологому й частіше пухкому грунті (поблизу боліт і річок), її часто вирощують у квітниках поблизу будинків або в палісадниках.

Рослина досягає 1,5—2 *м* заввишки, має прямі стебла, що ростуть від кореня кущем, сіро-зеленого кольору. Листки чергові, з довгими черешками; нижні — яйцевидні, п'ятилопатеві, а верхні — довгастояйцевидні, трилопатеві, густоопушені. Квітки в пазухах листків, на коротких квітконіжках, у верхніх частинах стебла у вигляді колосу. Віночки мають рожевий, іноді червонуватий колір. Квітки одностатеві, неповні.

Плоди в рослини — дрібні, схожі на диск (калачиком, як кажуть у народі). При дозріванні плоди розпадаються на 15—18 частин. Насіння покрите оболонкою, що легко відокремлюється.

Вся рослина без запаху.

Корінь рожі лікарської, або кореневище, має вигляд багатоголовчастої шийки, що розрослася, з боковими нездерев'янілими й пухкими корінцями, що використовуються для лікувальної мети, а прикореневі нарости, так звані мочки, виявляють особливу ефективну лікувальну дію при дизентерії. Корінь рожі лікарської не має смаку, в ньому багато слизу.

Слиз, що міститься в корінні рожі лікарської, є цінними ліками й застосовується як обволікаючий, проти-

запальний, пом'якшувальний і відхаркувальний засіб. Слизові речовини рожі лікарської пом'якшують смак гострих і кислих речовин у ліках, зменшують подразнення при запальних і виразкових процесах на слизових оболонках, запобігають запальному висиханню тканин, вна-

Мал. 93. Рожа лікарська.

Мал. 94. Рожа чорна.

слідок чого вони пом'якшуються, і це прискорює дію ліків.

Ліки з рожі лікарської тільки самі застосовують так: зовнішньо — для полоскання й промивання при запаленні й виразках слизових оболонок (у роті, носі, в статевих органах), при грипі й ангіні; всередину їх вживають також при запальних і катаральних явищах у дихальних органах, у шлунково-кишковому тракті, в сечових шляхах, при жовтяниці, нетриманні сечі й навіть при холері (від блювання).

Народні способи лікувального застосування. *Настій:* взяти 5 частин подрібненого кореня рожі лікарської на 100 частин холодної води, потримати півгодини, потім процідити й злити. Слиз готовий до вживання.

Відвар: взяти одну чайну ложечку подрібненого кореня рожі лікарської (6,0—180,0) на неповну склянку окропу й настоювати протягом 10—15 хвилин без вогню. Відвар вживати: дорослим — по одній столовій ложці, через кожні дві години, а дітям — по одній чайній ложечці, 4—5 раз на день.

Порошок: у народі користуються заздалегідь приготованим порошком з кореня рожі лікарської, який розводять теплою водою, так щоб вийшло щось схоже на рідку сметану.

Народний (домашній) екстракт: налити в горщик відвару кореня рожі лікарської (10,0—200,0), накрити покришкою, замазати тістом і випаровувати в печі до половини. Вживати по дві чайні ложечки, три рази на день.

Домашній сироп: спочатку роблять цукровий сироп з 64 частин цукру-рафінаду на 35 частин води; після того, як цей густий розчин закипить, до нього додають 4 частини вищезгаданого екстракту свого приготування. Вживати по півсклянки, три рази на день.

В аптеках є й *готові екстракти й сиропи* з рожі лікарської і, крім того, грудні чаї № 1 і № 4.

Автор рекомендує до відвару кореня рожі лікарської і до грудних чаїв завжди додавати чистого бджолиного меду по 2—3 чайні ложечки на склянку, адже цей природний продукт має дуже цінні лікарські властивості, бо містить у собі багато глюкози та різні вітаміни.

№ 159. Рожа чорна, городня, або рожева (Althaea rosea, A. nigra); з лікувальною метою використовують квітки з цієї рослини.

Рожа чорна (мал 94) — багаторічна рослина з родини мальвових, другий вид рожі лікарської. В дикому стані росте в Південній Європі та в Малій Азії. Дуже поширена як декоративна рослина і в Радянському Союзі, в тому числі й на Україні (розводять у палісадниках).

Стебло чорної рожі, яке відходить від довгого гіллястого кореня, буває просте (голе) або малогіллясте, досягає заввишки 3 *м*. Листки округло-серцевидні, нижні — скупчені, 5—7-лопатеві, а верхні — трилопатеві. Стебла, гілки й листки волохаті; до верху стебла листки поступово зменшуються й переходять у приквітки, утворюючи разом з квітками тупе, колосовидне суцвіття.

Квітки великі, мають у поперечнику 5—7 *см,* сидять у пазухах листків, по одній або по дві на дуже коротких квітконіжках. Пелюстки квіток темно-червоні, які здаються чорними, але це забарвлення не постійне. Чашечка квіток подвійна, вона залишається й після цвітіння, з сухими плодами, що розпадаються на 20—40 насінин.

Хімічні властивості чорної рожі ще мало вивчено, відомо тільки, що в ній є нешкідливий слиз (у сухих квітках) і дубильна речовина.

У науковій медицині чорну рожу якщо й застосовують іноді, то лише заради її слизу.

У народній медицині цю рослину застосовують у багатьох випадках — як пом'якшувальний, відхаркувальний та очисний засіб. Вживають ліки з чорної рожі при бронхіті (в суміші з дивиною скипетровидною), при всіх хворобах грудних органів і горла — всередину, а іноді й застосовують зовнішньо (пара для вдихання); зовнішньо ліки з чорної рожі застосовують також і при хворобах вух—при простих і з гноєтечею, у вигляді вушних парових ванн.

Мал. 95. Розмарин справжній.

Спосіб застосування. *Відвар квіток:* 10,0—100,0, по одній столовій ложці, три рази на день.

Розмай-зілля (Gentiana cruciata) — див. *Тирлич хрещатий.*

№ 160. Розмарин справжній (Rosmarinus officinalis); з лікувальною метою використовують його траву й насіння.

Розмарин (мал. 95) — вічнозелена напівкущова рослина з родини губоцвітих. Цю рослину вирощують у Радянському Союзі (в Криму й на Закавказзі), а також у Франції та в Італії.

Стебло в розмарину прямостояче, гіллясте; листки лінійні, шкірясті, з закругленими краями, нижній бік листка опущений. Квітки голубувато-фіолетові, зібрані по 5—10 у невеликі китицевидні суцвіття.

Цю рослину вирощують, щоб виробляти з неї так звану розмаринову олію, яку застосовують у парфюмерії. Ця олія являє собою безкольорову або злегка жовтувату рідину з освіжаючим запахом.

За народним досвідом, розмарин має кілька лікарських властивостей. Препарати з цієї рослини є корисними засобами, що заспокоюють нервову систему, а також збуджують апетит, очищують шлунково-кишковий тракт, регулюють його функціональну діяльність і зміцнюють його.

Зрідка в продажу буває так зване розмаринове вино.

У науковій медицині з лікувальною метою не застосовують ні розмаринове вино, ні олію з цієї рослини.

У народній медицині відвар, настойку або вино з розмарину часто вживають при серцевих хворобах, при водянці, для апетиту, при засміченні, а здебільшого — при слабкості шлунка.

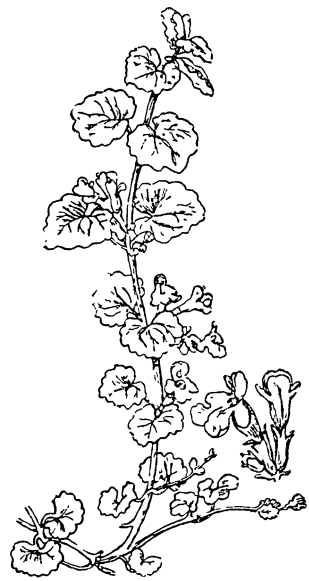
Способи застосування. *Відвар з листя:* 20,0—200,0; вживати по чверті столової ложки, за півгодини до їди і кожного разу перед їдою.

Настойка: 25,0; вживати по 25 крапель, три рази на день, так само, як і відвар.

Вино: по одній чарці, 2—3 рази на день.

Розхідник їдкий (Sedum acre) — див. *Очиток їдкий.*

№ 161. Розхідник плющовидний, або звичайний, блющик, плющик, собача м'ята (Glechoma hederacea); з лікувальною метою використовують листя цієї рослини.



Мал. 96. Розхідник плющовидний.

Розхідник плющовидний (мал. 96) — багаторічна рослина з родини губоцвітих. Поширений всюди. Росте по садах, у лісах, серед чагарників, по заростях, на полях, луках, тінистих берегах річок і озер та по болотах; нерідко зустрічається поблизу жител, на кладовищах.

Рослина досягає заввишки до 60 *см,* має сланкі стебла й висхідні квітучі гілки Нижні листки нирковидно-округлі, верхні — нирковидно-серцевидні — усі на досить довгих і тонких черешках, ростуть попарно Квітки по дві — три в пазухових кільцях, фіолетові, або голубувато-лілові, рідко червонуваті або білі.

Запах рослини схожий на запах м'яти, хоча й з неприємним відтінком. Тому в українського народу ця рослина й називається собачою м'ятою. Збирають рослину під час цвітіння. Цвіте вона весною або раннього літа. Сушать її на повітрі та в тіні.

У хімічному відношенні цю рослину ще не вивчено, і в науковій медицині її не застосовують.

У народі плющовидний розхідник вважають відхаркувальним і загоювальним засобом, почасти протизапаль-

ним, зміцнювальним і таким, що регулює функціональну діяльність внутрішніх органів: шлунка, нирок, сечового міхура та печінки; отже він є також і сечогінним засобом.

Тільки сам плющовидний розхідник у вигляді відвару вживають при шлункових і кишкових катарах та при інших хворобах у цій ділянці, особливо якщо помічається погане відригування і язик обкладений; при хворобах нирок і сечового міхура; при пухлині печінки, при болях у жінок після родів (як болетамувальний засіб) — у вигляді настою або порошку, а головне — при катарах легень, при хронічному бронхіті та астмі як добрий відхаркувальний і болетамувальний засіб.

Часто цю рослину застосовують не саму, а з іншими травами, які виявляють подібну дію на організм людини.

Зовнішньо плющовидний розхідник застосовують для лікування наривів, виразок, опухів, переломів кісток, ломоти, для загоювання ран та для лікування різних шкірних хвороб.

Свіже листя плющовидного розхідника добре товчуть, поки воно не перетвориться на тістоподібну масу, й прикладають до хворих місць шкіри. Для цього можна застосовувати й сухе листя в зимову пору, але в таких випадках його треба попарити, щоб воно пом'якшало.

Вірити, що зовнішнє застосування листя плющовидного розхідника дає користь, змушує й те, що в народній ветеринарії з листя цієї рослини при опухах вим'я у корови після отелу успішно роблять припарки.

Від корости допомагає настойка листя плющовидного розхідника на оцті, нею натирають два рази на день уражені місця.

До очей при сльозотечі роблять примочки з відвару, настоюваного протягом тривалого часу.

У народі надають перевагу свіжому сокові з цієї рослини як лікарському засобові, активнішому за відвар і настойку.

Способи застосування. *Відвар:* 5,0—200,0, або одна чайна ложечка на склянку окропу; вживати по 2—3 столові ложки, 4 рази на день.

Настій: 10,0—200,0, протягом 8 годин; вживати також по 2—3 столові ложки, 4 рази на день.

Настойка: 15,0; по 15 крапель, три рази на день.

Порошок: по одній пучці, 3—4 рази на день, для зміцнення після родів.

Суміш 1-ша (вживати при катарі легень): листя плющовидного розхідника — дві столові ложки, бруньок тополі — дві столові ложки, чорної бузини — одна столова ложка. Все це змішати, заварити на трьох склянках окропу й випити за п'ять раз протягом дня.

Суміш 2-га: листя плющовидного розхідника — одна столова ложка, коріння або листя копитняку — одна столова ложка, трави нетреби — одна столова ложка на 3 склянки окропу; пити, як і суміш першого складу, також як добрий відхаркувальний засіб.

Роївник, ройовик (Melissa officinalis) — див. *Меліса лікарська.*

№ 162. Ромашка без'язичкова, або дисковидна чи зелена (Matricaria suaveolens або M. discoidea); з лікувальною метою використовують її траву.

Ромашка без'язичкова (пахуча) — це однорічний бур'ян, рослина з родини складноцвітих. Походить з Північної Америки, поширена майже по всій території Радянського Союзу й зокрема на Україні. Росте у дворах, біля огорож, панелей, на пустирях, уздовж доріг, іноді по берегах річок і струмків. Ця ромашка мало чим відрізняється від аптечної ромашки.

Стебло в ромашки прямостояче, товсте, гіллясте, заввишки до 30 *см.* Вся рослина гола, має сильний, приємний запах. Листки у неї двічі або тричіпірчасті, частки у них лінійні або лінійно-ланцетні. Квітки дрібні, в кошиках, тільки трубчасті, з зеленувато-жовтим віночком. Від усіх інших видів ромашки ця ромашка відрізняється тим, що у неї квітки без язичків (ніби вони без віночків), тому вона й називається без'язичковою.

Суцвіття цієї без'язичкової ромашки (часто разом з листками й стеблами) за допущенням нашої Державної фармакопеї мають те саме застосування, що й суцвіття аптечної ромашки.

Збирають суцвіття без'язичкової ромашки під час цвітіння рослини, з липня по вересень.

Без'язичкова ромашка відома в народі та в науковій медицині перш за все як протиспазматичний, заспокійливий, болетамувальний, потогінний і вітрогінний та протизапальний засіб. Ліки з цієї рослини регулюють жіночі відправлення (знеболюючи й зміцнюючи), вони є жовчогінним засобом, якщо їх вживати всередину, та пом'якшувальним і протизапальним засобом при зовнішньому застосуванні їх.

У народній медицині цю рослину застосовують для самодопомоги при різних хворобах шлунка з запаленням, вітрами й спазмами, сечового міхура, нирок і печінки (всередину й зовнішньо) та при різних хворобах нервової системи, починаючи від мігрені й безсоння.

Як протизапальний засіб, ліки з без'язичкової ромашки корисні при катарах шлунка й кишок, при простудах, навіть з гарячкою, та при малярії (в поєднанні з золототисячником порівну).

У науковій медицині цілком схвалено застосування ліків з цієї ромашки як доброго регулятора при надмірних і мізерних менструаціях та як зміцнювального й заспокійливого засобу під час вагітності й родів.

Зовнішньо як протизапальний, знеболюючий і пом'якшувальний засіб, ліки з без'язичкової ромашки застосовують при всіх запаленнях слизової оболонки (при ангіні, наприклад), при всіх шкірних і підшкірних запальних процесах (при бешисі, флюсі, наривах, ранах і виразках, навіть при хворобі очей), при опухах, подагричних і ревматичних (у вигляді подушок), при золотусі та ентериті (з допомогою клізм).

Для лікування дітей ліки з цієї рослини як радикальний болетамувальний засіб застосовують при будь-якому болі й різі в животі (в долікарський період).

Способи застосування. *Відвар:* 15,0 або 20,0 на 200,0; вживати по 2—3 столові ложки, 3—4 рази на день.

Настойка: 40,0; по 30 крапель, три рази на день.

Порошок (подрібнені квітки й листя); по 2 *г,* або по дві пучки чи по пів чайної ложечки, три рази на день.

Для полоскання, промивання й клізм: одна частина трави на 20 частин окропу, а якщо настойка, то одна частина її на 10 частин окропу.

Ванни: 50 *г* трави на відро окропу; це при золотусі, а при подагрі й ревматизмі, при опухах рук і ніг — 200 *г* трави на одне відро води і одну склянку солі.

Компреси болетамувальні: 1) вологі, тобто попарена або свіжопотовчена трава;

2) сухі (при хворобах зі спазмами).

«*Подушечки*» *зігрівальні,* які застосовують при флюсі, простуді голови та при стрілянні в поперек (також від простуди), роблять так: попарену траву дуже нагрівають у каструлі і, коли вона ще гаряча, набивають нею

торбиночки (з марлі) й прикладають їх до хворого місця і обв'язують.

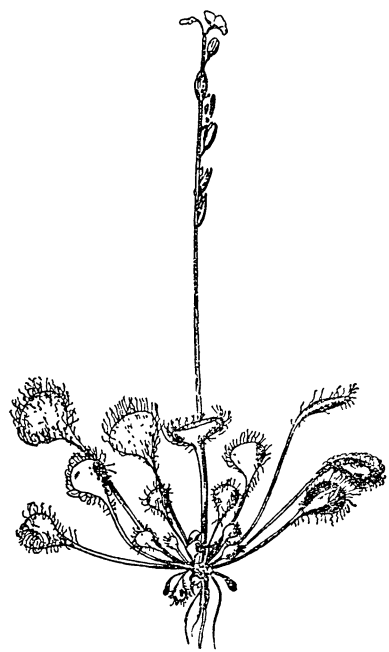
№ 163. Росичка круглолиста, росиця, росянка (Drosera rotundifolia); з лікувальною метою використовують її траву.

Росичка (мал 97) — невелика багаторічна комахоїдна рослина з родини росичкових.

Найбільше медичне значення має круглолиста росичка, яка росте на торфових болотах та на вологих піщаних місцях на території Європейської частини Радянського Союзу (крім Крайнього Півдня) і зокрема на Україні, на Північному Кавказі, в Сибіру та на Далекому Сході, а також у Китаї.

Стебло в цієї рослини безлисте, заввишки 10—20 *см*. Листки прикореневі, довгочерешкові, набагато коротші за стебло, за формою круглі (0,5—1 *см* у поперечнику), ложковидні, зверху усаджені клейкими залозистими присосками. Кожна залоза-присоска закінчується блискучою, як росинка, крапелькою клейкого соку (тому рослина й називається росичкою).

Цей клейкий сік, що має вигляд криваво-червоної рідини, служить для ловіння й перетравлювання комах (крім того, що ця рослина бере поживні речовини з грунту, вона живиться ще й комахами). Віночки квіток білі, пелюсток п'ять. Плоди у круглолистої росички — багатонасінні коробочки, що розкриваються по трьох стулках



Мал. 97. Росичка круглолиста.

Цвіте рослина в липні — серпні. Траву з квітками збирають у цей самий час і сушать. Суха трава без запаху, має кислувато-гіркий, гострий, терпкий смак.

Ця рослина має відхаркувальну, заспокійливу й протиспазматичну властивості.

Наукова медицина (особливо за кордоном, зокрема в Угорщині) визнала її корисною при коклюші, при судомистих катарах бронхів, при хронічній хрипоті, астмі, артеріосклерозі, а особливо при судомистому кашлі

(на нервовому грунті). Крім того, цю рослину іноді застосовують при крупі, кровохарканні та при переміжній гарячці.

За кордоном росичку застосовують дуже широко, з неї готують там патентовані препарати дрозерин, дрозан та інші.

Свіжий сік з трави круглолистої росички в нас у народі застосовують від бородавок.

В гомеопатії з свіжої рослини готують есенції.

Способи застосування. *Легкий відвар або настій на воді* (протягом 6 годин): 25,0—400,0, з додаванням потім бромистого натрію 4,0; вживати при коклюші, по одній столовій ложці, 3—4 рази на день.

Відвар-суміш: трави росички, листя подорожника, трави триколірних братків змішати порівну, взяти дві чайні ложечки суміші на склянку окропу й заварювати; вживати при кашлі, по одній столовій ложці, 3—4 рази на день.

Настойка: 30,0; вживати по 10—20 крапель, три рази на день.

Рум'янило (Sedum acre) — див. *Очиток їдкий.*

№ 164. Рута запашна, або городня рута, зимозелень (Ruta graveolens); з лікувальною метою використовують її траву.

Рута запашна (мал. 98) — напівкущова рослина з родини рутових. У дикому стані зустрічається в Криму; вирощують цю рослину на городах і в садах у південно-західних областях Радянського Союзу, в тому числі і на Україні, як пахучу рослину.

Стебло в запашної рути заввишки 30—50 *см.* Листки товсті, чергові, двічі або тричіпірчасторозсічені, верхні сидячі, сірувато-зеленого кольору. Квітки дрібні, зеленувато-жовті, зібрані в щитковидну волоть. Цвіте рослина в червні — серпні. Свіжі квітки цієї рослини мають сильний, своєрідний і навіть неприємний запах, а коли висохнуть, то пахнуть ніжно, наче троянда. Збирають здебільшого самі тільки листочки, коли рослина починає цвісти.

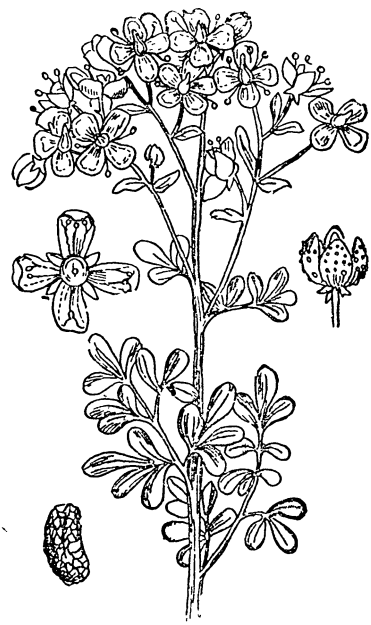
Рослина, особливо, коли вона ще свіжа, **отруйна,** і її треба дозувати дуже обережно.

В свіжій рослині в цілому міститься від 0,1 до 0,15% ефірної олії та глюкозид рутин, який має властивість знижувати тиск крові й зміцнювати крихкі периферичні кровоносні судини (капіляри).

Завдяки рутинові, який міститься в запашній руті, ця рослина має велике значення в науковій медицині.

Запашну руту використовують також і в народній медицині у вигляді простих відварів або так званої рутової олії (настій на прованській олії).

Ця рослина давно відома як зміцнювальний і заспокійливий засіб. Ліки з неї допомагають, коли їх вживають всередину, від приливів крові до голови, від паморочення або тяжкості в голові, при посиленому серцебитті, задишці, болі в животі (спазмах), часто від нестравлення шлунка, при судомі та істеричних припадках (чай з рути й валеріани порівну, випити ковтками одну склянку за день); при занепаді сил, від епілепсії (настойка), від вітрів (метеоризму) та як добрий освіжаючий засіб для рота (треба жувати рослину).



Мал. 98. Рута запашна.

При мізерних місячних (з болями в нижній частині живота) краще поєднувати руту з насінням петрушки (дві частини рути і одна частина насіння петрушки) й заварювати, взявши дві чайні ложечки суміші на склянку окропу; випити за три рази протягом дня.

Як зовнішній засіб, запашну руту застосовують так. До інших трав, призначених для ванн хворим на золотуху або рахіт, додають у рівній кількості трави запашної рути. Розведений свіжий сік цієї трави або відвар її застосовують як примочку до очей, що гнояться. Той же самий сік або відвар чи порошок з трави запашної рути прикладають до ран і забитих місць з синцями.

На зимову пору, коли кращу ефективність має сік із свіжої трави запашної рути, рекомендується консервувати його, поєднуючи одну частину цього соку або листя з шістьома частинами спирту; поставити на 10 днів у

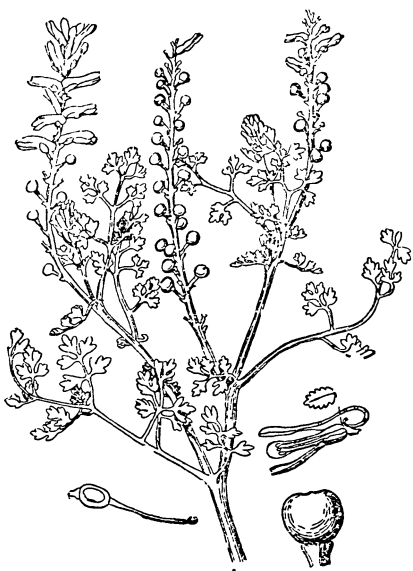
тепле й темне місце й після цього зцідити листя. Доза така сама, як і при застосуванні настойки.

Способи застосування. *Відвар:* 5,0 або 10,0 на 200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 15,0; по 10—15 крапель, три рази на день.

Рута польова (Fumaria officinalis) — див. *Рутка лікарська.*

№ 165. Рутка лікарська, димнянка, печінкова трава, житничка, рута польова (Fumaria officinalis); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.



Мал. 99. Рутка лікарська.

Рутка лікарська (мал. 99) — однорічна рослина з родини макових. Росте на полях, часто по краях посівів жита, по засмічених місцях, іноді на городах, поширена майже по всій території Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, на Кавказі, в Західному та Східному Сибіру, а також у Середній і Південній Європі. Це трава сірувато-зеленого, сизого, димного кольору (через те, що рутка має такий колір, а також через те, що над нею, де її багато, сизо-димне повітря, цю рослину в народі ще називають димнянкою).

Стебло у рутки гіллясте, сланке, заввишки до 30 *см.* Листки чергові, багаторазово пірчасті, частки у них вузькі, клиновидні, дво- тринадрізні. Квітки у рутки зібрані в китиці з невеликими прилистками, непразильні, на коротких квітконіжках, сидять у пазухах маленьких приквітків, забарвлення рожевувате, пурпурове, з трохи темнішими верхівками. Чашечка маленька, віночок у три рази довший за неї, складається з чотирьох пелюсток.

Плоди у рутки лікарської — буруваті круглі горішки, ніби вдавлені зверху. Цвіте рутка майже все літо, починаючи з травня і аж до самої осені. Збирають всю рослину під час цвітіння.

Рутка виявляє лікарську дію на організм людини як засіб, що збуджує апетит (бо в рослині є гірка речови-

на), регулює й зміцнює шлунок, зміцнює весь жіночий організм та поліпшує обмін речовин, а також як потогінний, відхаркувальний, заспокійливий, протицинготний та протипаразитний засіб.

У науковій медицині цю траву вважають застарілим засобом і застосовують лише для регулювання травлення й збудження апетиту (при катарі шлунка зі зниженою кислотністю) та як протицинготний засіб (очевидно, завдяки фумаровій кислоті та алкалоїдові фумаринові, які виявлено в ній).

У народній лікувальній практиці застосування рутки й досі не звужується. Всередину її вживають при гемороїдах (для зміцнення) та при диспепсії (слабкості шлунка). Її вживають у формі простого відвару, а для боротьби з катаром шлунка та зі зниженою кислотністю її варять на сироватці або на пиві: 10,0—400,0 або 500,0 (тобто дві чайні ложечки на 2,5 склянки окропу), кип'ятять протягом 7—10 хвилин. Вживають по півсклянки, 5 раз на день.

Відвар з рутки лікарської застосовують також при білях, хронічному проносі, при туберкульозі легень (як зміцнювальний засіб), при водянці, а також при дитячому висипі, або, правильніше, пітниці, та від корости — і зовнішньо (свіжий сік або настойку), і внутрішньо та при інших шкірних хворобах (для врегулювання обміну речовин).

Як відхаркувальний засіб, відвар цієї рослини вживають при бронхіті, а як заспокійливий засіб — при іпохондрії, істерії та незрозумілому болі в животі.

Як допоміжний засіб (очисний), ліки з рутки корисні при кам'яній хворобі та при золотусі; вони допомагають також і від глистів, але не радикально.

Зовнішньо рутку лікарську більше застосовують у вигляді свіжого соку від мокрого лишаю (разом з внутрішнім лікуванням відваром цієї ж трави), а головне (також у вигляді свіжого соку) від корости як швидкодіючий (виліковує за три дні) й радикальний засіб, який швидко вбиває коростяного кліща. Це підтверджується й особистим досвідом автора.

Таке широке й різноманітне застосування рутки лікарської в народній лікувальній практиці не погано було б перевести і в практику наукової медицини, перевіривши й з'ясувавши всі сумніви. Автор сам помічав

повільну, але міцну і без шкідливих побічних явищ дію цієї рослини на організм при внутрішньому вживанні ліків з неї.

В гомеопатичних аптеках є есенція з свіжої квітучої рутки.

Народні способи застосування препаратів з рутки. *Відвар:* 15,0—300,0, або одна частина на 20 частин; по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 25,0; по 30 крапель, три рази на день.

Свіжий сік (при цинзі): по 30—50 крапель, три рази на день.

Мазь: одну частину соку або згущеного відвару на чотири частини коров'ячого масла або вазеліну.

Салата (Lactuca sativa) — див. *Латук посівний.*

Сантоніновий полин (Artemisia sina) — див. *Цитварний полин.*

Свидина (Anagallis arvensis) — див. *Курячі очка польові.*

Свиріпа (Erysimum canescens) — див. *Жовтушник сіруватий.*

№ 166. Селера пахуча (Apium graveolens); з лікувальною метою використовують її корені й траву.

Селера — дворічна рослина з родини зонтичних, яку повсюди розводять на городах, як пряний овоч для кулінарії. Відомі три різновидності селери: коренева, черешкова й листкова. В Радянському Союзі, в тому числі й на Україні, здебільшого розводять кореневу й листкову селеру.

Корені селери містять у собі ефірну олію, вітамін С (6 *мг*%), невеличку кількість провітаміну А та вітамін B_1.

Для лікувальної мети пахучу селеру використовують лише в народній медицині, головним чином від цинги (вживають у їжу). До речі, є багато випадків і іншого вживання цієї рослини — як сечогінного, протималярійного (харчова профілактика) та протизапального засобу (при запаленні носоглотки, дихальних шляхів та при інших внутрішніх катарах).

Зовнішньо селеру застосовують при опухах, з запаленням і без нього (тверді опухи), а також при забиттях — як пом'якшувальний, протизапальний і болетамувальний засіб.

Способи застосування. *Настій* на холодній воді: 34 *г* кореня на літр води, настоювати протягом 8 годин; вживати по одній чайній ложечці, три рази на день.

Примочка: півсклянки соку (або жмаків з потовченого свіжого листя пахучої селери з соком) поєднати з половиною склянки оцту й додати пів чайної ложечки солі; все це змішати й намочувати в ньому ганчірочку та прикладати її, часто міняючи, до хворих (запалених) місць.

Семижильник (Plantago major) — див. *Подорожник великий.*

Семисильник (Erythraea centaurium) — див. *Золототисячник.*

Сердечник (Calendula officinalis) — див. *Нагідки лікарські.*

Сердушник (Erythraea centaurium) — див. *Золототисячник.*

Серпівник (Cichorium intybus) — див. *Цикорій дикий.*

Синій будяк (Eryngium planum) — див. *Миколайчики сині.*

Мал. 100. Синюха блакитна.

№ 167. Синюха блакитна (Polemonium coeruleum); з лікувальною метою використовують її корені й траву.

Синюха блакитна, або голуба (мал. 100) — багаторічна трав'яниста рослина з родини синюхових. Росте на лісових галявинах, по вологих місцях, по берегах річок, на обліснених схилах гір та серед чагарників — у Європейській частині Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, на Кавказі, в більшій частині Сибіру, а також у Західній Європі та на Скандінавському півострові.

Кореневище в блакитної синюхи товсте, до 3 *см* у поперечнику, коротке — не більш як 5 *см,* повзуче, з тонкими мочкуватими коренями; спочатку гірке на смак, а потім солодкувате, з відчуттям слизу. Стебла здебільшого одиночні, прості, прямостоячі, рівномірно облиствлені, заввишки до 120 *см.* Листки чергові, непарнопірчасті, з численними довгасто-яйцевидними листочками з загостреними кінчиками. Прикореневі листки в розетці, стеблові — чергові. Квітки сині або синьо-лілові, чи блакитні (тому й рослину так називають), зібрані у верхівкову видовжену або китицевидну волоть. Плоди — майже кулясті коробочки, що легко розтріскуються.

Під час заготівлі коренів цієї рослини їх треба швидко мити і обов'язково різати вздовж. Сушити їх можна й на сонці.

До активних у хімічному відношенні речовин, що містяться в корені блакитної синюхи, відносяться, головним чином, сапоніни, які мають досить сильну відхаркувальну дію на організм, і тому корінь цієї рослини не поступається і навіть перевищує цінність закордонної сенеги. Крім того, в коренях і кореневищі блакитної синюхи виявлено також і жири, крохмаль та інші нешкідливі речовини.

У народній медицині використовують, крім коренів, ще й траву блакитної синюхи, але вона має менші лікарські цінності.

Блакитну синюху, як рослину, яка цілком замінює собою закордонні сенегу та іпекакуану, допущено Ученою медичною радою Міністерства охорони здоров'я СРСР до використання в лікувальній практиці, а з 1948 р. її почали вирощувати у нас.

При хворобах дихальних шляхів, особливо хронічних, екстракт коренів блакитної синюхи виявляє чудову дію, особливо, якщо ліки вживати безпосередньо перед приступом кашлю. Ці ліки діють як відхаркувальний, болетамувальний і заспокійливий засіб. Вони особливо корисні при коклюші та подразному кашлі. Останнє говорить за особливу властивість ліків з кореня блакитної синюхи впливати на центральну нервову систему.

За ініціативою ВІЛАРу приблизно з 1952 р. блакитну синюху введено в практику для лікування виразкових процесів шлунково-кишкової ділянки (разом з сухоцвітом). Ліки з цих рослин застосовують так: за півгодини до їди вживають всередину відвар болотяного сухоцвіту (10,0—200,0), по одній столовій ложці, три рази на день, а через дві години після їди вживають відвар з коренів блакитної синюхи (6,0—200,0) — також по одній столовій ложці, три рази на день. Курс лікування триває три тижні. Наслідки виходять добрі. Болотяний сухоцвіт при цьому додають для заспокоєння нервової системи, оскільки на неї дуже впливають такі шлунково-кишкові хвороби.

При таких же самих хворобах застосовують блакитну синюху і в народній медицині у вигляді відварів, простих або згущених (замість екстракту), з коріння, а іноді й з трави цієї рослини.

Способи застосування. *Відвар:* 3,0, 6,0 або 8,0 на 200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день, через дві години після їди.

Екстракт: 25,0; вживати по 15 крапель, три рази на день.

Саморобний екстракт (тобто відвар, згущений до половини або до значної густоти); вживати по одній чайній ложечці, три рази на день.

№ 168. Синяк звичайний, громовик, заячі бурячки, ранник (Echium vulgare); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Синяк звичайний (мал. 101) — дворічна або однорічна трав'яниста рослина з родини шорстколистих. Росте на засмічених місцях, при дорогах та на полях майже по всій території Радянського Союзу, зокрема на Україні, на Кавказі, а також і в Середній Європі та в Малій Азії.

Стебло в цієї рослини покрите жорсткими щетинистими волосками з ланцетовидними листками й червонувато-голубими квітками. Цвіте синяк з червня до вересня. Траву його збирають під час цвітіння рослини. Нерідко цю рослину вирощують, як цінний медонос.

Мал. 101. Синяк звичайний.

Усі частини цієї рослини **отруйні,** тому ліки з неї треба суворо, без перебільшення, дозувати.

Завдяки тому, що в рослині, крім алкалоїдів, які паралізують нервову систему, є й сапоніни, її рекомендують як добрий відхаркувальний і разом з тим заспокійливий при кашлі й коклюші засіб.

У народній медицині синяк, крім того, застосовують проти падучої хвороби (епілепсії).

Спосіб застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

№ 169. Скипидар, або терпентинова олія з терпентинового дерева (Pistacia teribinthina).

Скипидар, або терпентинова олія — загальновідомий продукт, що його добувають з терпентинового дерева (а в нашій країні — з сосни).

Терпентинове дерево — це невелике дерево з родини анакардієвих, яке росте в середземноморських країнах. З цього дерева підсочуванням (подібно до того, як добувають сік з берези) добувають смолу, що містить у собі 12—14% ефірної олії, з якої й виробляють скипидар.

У науковій медицині скипидар досить широко застосовують, головним чином як зовнішній засіб для розтирань при невралгії, м'язовому ревматизмі та в інших подібних випадках, а також для вдихання при гнійних бронхітах та при інших захворюваннях легень.

При хворобах печінки й нирок скипидар протипоказаний.

У народній медицині скипидар також застосовують для втирань при плевриті й радикуліті.

Радикуліт дуже ефективно виліковують за методом фельдшера Лаврова, схваленим Ученою медичною Радою Смоленського обласного відділу охорони здоров'я. У даному випадку до втирань скипидару (три рази) додають «компрес» з кислого житнього тіста зі щільним укутуванням хворого, тривалістю на одну годину. Достатньо три такі сеанси, по одному разу на день.

Крім того, в народі рекомендують час від часу вживати скипидар від алкоголізму всередину, починаючи з 5 крапель і доводити до 30 крапель, а потім, навпаки, зменшувати цю кількість.

Спосіб застосування. *Для вдихання*: по 10—15 крапель скипидару на склянку гарячої води.

Скусівник гірський (Arnica montana) — див. *Арніка гірська.*

Смиз болотяний (Padicularis palustris) — див. *Шолудивник болотяний.*

Смілка (Coronaria flos cuculi) — див. *Коронарія зозуляча.*

Смілка липка (Lychnis viscaria) — див. *Смолянка липка.*

Смілка пахуча (Asperula odorata) — див. *Маренка запашна.*

№ 170. Смовдь аптечна (Peucedanum officinale); з лікувальною метою використовують траву й корені цієї рослини.

Смовдь аптечна (мал. 102) — багаторічна рослина з родини зонтичних. Росте на луках і полях у Середній і Південній Європі та на Крайньому Заході Радянського Союзу. Цей вид смовді мало чим відрізняється від смовді лікарської, яку вирощують у нашій країні для потреб ветеринарії.

Загальне ботанічне визначення обох видів: стебло заввишки 50—100 *см*, циліндричне, вгорі гіллясте; листки зі здутими піхвами, злегка

Мал. 102. Смовдь аптечна.

пухнасті, двічі трійчасті, з великими дво-, трироздільними сегментами, тобто відрізками, і обернено-яйцевидними пилчастими часточками. Зонтики квіткові, великі, з дрібнопухнастими променями. Обгортки нема, пелюстки білі, плоди — округлі.

Корінь смовді містить у собі, за хімічним визначенням, до 2% ефірної олії.

У науковій медицині смовдь аптечну не застосовують, її неправильно, дарма тільки називають аптечною.

У народі цю рослину застосовують як болетамувальний, протипростудний та відхаркувальний засіб. Особли-

во тамує біль настойка з трави або коріння; якщо капнути нею на кусочок вати й покласти на хворий зуб, то біль стихає.

Готовий препарат із смовді продають у гомеопатичних аптеках.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 25,0; всередину, по 25 крапель, три рази на день.

Смоковниця (Ficus carica) — див. *Винні ягоди.*

№ 171. Смолянка липка, або клейка, смілка липка, смольчук липкий (Lychnis viscaria або L. viscosa); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Мал. 103. Смолянка липка.

Смолянка липка (мал. 103) — це після меландрію другий вид з родини гвоздикових, така сама багаторічна трав'яниста рослина, але з голим і липким під колінцями (вузлами) стеблом майже такої самої висоти (30—80 *см*). Прикореневі листки в розетці, обернено-ланцетні, а стеблові — вузько-ланцетні й навіть лінійні. Квітки в густіших і дужче зближених супротивних пучках з майже суцільними пурпурно-червоними пелюстками. Стебло в неї пружніше, ніж у меландрію.

Цвіте ця рослина з травня по серпень.

Поширена липка смолянка повсюди. Росте в сухіших місцях: на лісових луках, схилах, галявинах, у заростях, на узліссях соснових лісів, на лісових вирубках та в посадках.

У народі липкій смолянці надають велику перевагу перед меландрієм і застосовують препарати з неї при хронічній жовтяниці, хворобах нирок, а також як відхаркувальний засіб при різних хворобах легень і дихальних шляхів та при маткових кровотечах.

Як зовнішній засіб, відвар з липкої смолянки, так само, як і відвар з меландрію, застосовують по три столові ложки на літр окропу.

Цей відвар можна вживати і як внутрішній засіб — по одній склянці, три рази на день.

Відвар можна й згущувати, щоб накладати його на рани та нариви, а місця, уражені коростою, краще обгортати тканиною, намоченою в цьому відварі, у вигляді компресу.

Спосіб застосування. *Відвар для внутрішнього вживання:* 20,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

№ 172. Смородина чорна, порічки чорні (Ribes nigrum); з лікувальною метою використовують ягоди, листя і бруньки цієї рослини.

Смородина — рід кущів з родини ломикаменевих.

Чорна смородина в дикому стані поширена в середній і північній смугах Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, в Сибіру, аж до Камчатки, на Далекому Сході, в лісовому поясі Кавказьких гір та в Середній Азії. Росте на вологих місцях у лісах, серед прибережних чагарників, по ярах та в інших місцях. Її широко вирощують майже по всій території Радянського Союзу.

Чорна смородина відрізняється від червоних порічок не тільки кольором своїх ягід, але й тим, що квіткові китиці у неї одиночні, а в червоних порічок вони зібрані в грона (кетяги), причому листя й стебла чорної смородини мають гостріший і своєрідніший смородиновий запах (бо в них міститься ефірна олія), сильніший, ніж у червоних порічок, у яких цей запах майже не відчувається. В зрілих плодах — ягодах чорної смородини містяться цукри, вільні кислоти та багато аскорбінової кислоти (вітаміну С).

Препарати з свіжих і сухих ягід чорної смородини вживають при простудних захворюваннях, для посилення апетиту і як протицинготний засіб. Сухі листки й плоди цієї рослини входять до складу так званих вітамінних чаїв.

У народній медицині використовують плоди, листя та бруньки чорної смородини як сечогінний (при хворобах сечового міхура й ниркових каменях), потогінний (від простуди та від гострого ревматизму) і як легкий проносний засіб (бруньки на білому вині). Смородину використовують і від золотухи (препарати з листя, всередину й зовнішньо) та для поліпшення обміну речовин (при масових шкірних хворобах).

Сиропом із смородинових ягід (у магазинах — смородиновий лікер) лікують хвороби горла, хрипоту й коклюш. Свіжий сік з ягід цієї рослини, якщо його вживати по 2—3 чарки, три рази на день, допомагає при виразці шлунка, ахілії та катарах його, а також при хворобах кишечника, регулюючи його функціональну діяльність.

Способи застосування. *Відвар ягід:* 20 *г,* або півтори столової ложки, на склянку окропу; вживати по півсклянки, три рази на день.

Відвар листя: 20,0—200,0; вживати по дві столові ложки, три рази на день.

Бруньками чорної смородини можна замінювати її листя й ягоди.

№ 173. Собача кропива звичайна, або волохата, пустирник звичайний, або волохатий (Leonurus cardiaca або L. villosus); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Собача кропива звичайна, або волохата (мал. 104) — багаторічна трав'яниста рослина з родини губоцвітих. Поширена по всій території помірної смуги Радянського Союзу й зокрема всюди на Україні, а також у Західному Сибіру та в Середній Азії. Зустрічається на засмічених місцях, на городах, у дворах та на пустирях.

Стебло в цієї рослини заввишки 60—130 *см,* чотиригранне, прямостояче, волохате. Листки черешкові, супротивні, гострі, пилчасті, три- п'ятилопатеві, а ті, що на самій верхівці — суцільні; вони з обох боків усаджені волосками Квітки досить великі, в густих несправжніх щільних кільцях при основі листків; при них містяться лінійні, колючі приквітки; віночок рожевий, з волохатою верхньою губою; плід розпадається на чотири горішки.

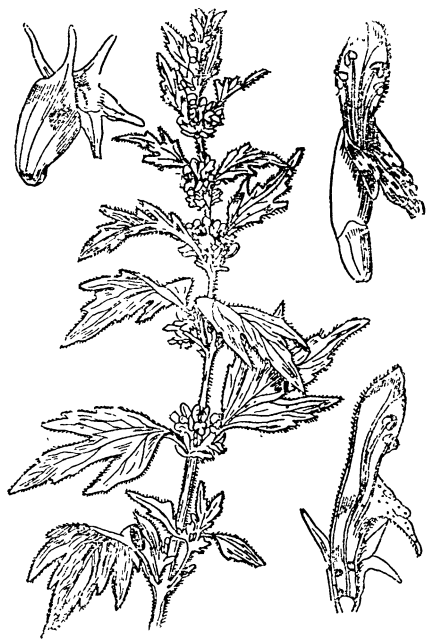
Збирають рослину під час цвітіння, зрізуючи надземну частину в тому місці, де починаються листки (де стебло не таке пружне); сушать і зберігають, як звичайно.

Собача кропива звичайна відома і в науковій медицині, і в народі як серцевий, заспокійливий і зміцнювальний засіб і як засіб, що регулює місячні й функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту. Препарати з трави цієї рослини є також і протизапальним і протиспазматичним засобом.

З 1931—1932 років собачу кропиву у вигляді спиртоводного екстракту, а потім настойки і таблеток почали застосовувати в науковій медицині, особливо як серцевий, заспокійливий засіб, який цілком замінює собою і навіть переважає валеріану. Ліки з цієї рослини засто-

совують у клініках при різних хворобах серця: при слабкості або битті його, при неврозі, задишці від серця, істерії, невралгії, від підвищеного тиску крові (гіпертонії), при кардіосклерозі й навіть при епілепсії.

Собачу кропиву звичайну рекомендують також при грудній жабі, базедовій хворобі, при різних жіночих хворобах (при мізерних місячних і взагалі для регулювання їх), від катару легень, хронічного катару товстих кишок, від запору, тяжкості й спазмів у шлунку.



Мал. 104. Собача кропива волохата.

Взагалі ця рослина є заспокійливим, зміцнювальним і навіть збуджуючим засобом.

Способи застосування. *Відвар:* 15,0 або 20,0 на 200,0; вживати по одній — дві столові ложки, три рази на день, за півгодини до їди.

Настойка (її продають в аптеках): 30,0; по 30—40 крапель, три рази на день.

Свіжий сік: по 30—40 крапель на ложку води, також три рази на день.

Примітка. На зиму свіжий сік з трави собачої кропиви звичайної консервують так: дві частини соку поєднують з трьома частинами спирту; вживають по 20—30 крапель.

Собача кропива шерстиста (Panzeria lanata) — див. *Панцерія.*

Собача м'ята (Glechoma hederacea) — див. *Розхідник плющовидний*

Собача рожа (Lavatera thuringiaca) — див. *Лаватера тюрінгська.*

Собача троянда (Rosa canina) — див. *Шипшина звичайна.*

Собаче мило (Saponaria officinalis) — див. *Мильнянка лікарська.*

Собачий корінь (Cynoglossum officinale) — див. *Чорнокорінь лікарський.*

Собачий перець (Polygonum hydropiper) — див. *Гірчак перцевий.*

Собачі реп'яхи (Bidens tripartitus) — див. *Череда трироздільна.*

№ 174. Сокирки польові, або посівні, рогаті волошки, косарики, заячі вушка, зозулині черевички (Consolida arvensis, Delphinium consolida); з лікувальною метою використовують траву й насіння цієї рослини.

Мал. 105. Сокирки польові.

Сокирки польові (мал. 105) — однорічна трав'яниста рослина з родини жовтецевих. На території України є чотири види цієї рослини, але польові сокирки, або посівні (бо ростуть між посівами) є найпоширенішими з цих бур'янів. Крім того, польові сокирки ростуть ще на пару, на перелозі та на засмічених місцях.

Стебло у польових сокирок волотисто-гіллясте, заввишки 15—50 *см*, несе кілька квіткових гілок. Листки, що виходять із зчленувань з квітковими китицями, потрійно і більше розсічені на вузькі лінійні частки. Квітки неправильні, сині, рідше рожеві або білі, завжди з шпоркою в китицевидних суцвіттях. Плоди — голі листянки з темно-сірим насінням.

Польові сокирки — **отруйна** рослина, тому що не раз помічалися випадки отруєння тварин на паші.

Для потреб лікування з насіння польових сокирок готують порошок як протипаразитний засіб, а з трави—

відвар, який вживають при жовтяниці, при збільшенні печінки й при всіх хворобах сечостатевих органів (при катарі сечового міхура цей відвар діє, головним чином, як протизапальний засіб).

Зовнішньо цей відвар застосовують, як примочку для очей при гнійному запаленні їх.

Спосіб застосування. *Відвар:* 20 *г* на літр окропу; вживати по одній склянці, три рази на день.

Сокорина (Populus tremula) — див. *Осика.*

№ 175. Солодка гола, солодець голий, солодковий корінь, солодець, вербець (Glycyrrhiza glabra); з лікувальною метою використовують корінь цієї рослини.

Солодка гола — це багаторічна рослина з родини бобових. У неї солодкий корінь, який використовують у пивоварній промисловості, у техніці та в медицині Цю рослину всі добре знають, тому нема потреби наводити тут докладний ботанічний опис її. Корені її мають жовте забарвлення, на смак вони солодкі, аж нудні.

У науковій медицині препарати з голої солодки (еліксир, екстракт, складний порошок і сироп) застосовують як відхаркувальний (при кашлі, особливо у дітей) і як легкий проносний засіб, особливо у вигляді складного порошку, при геморої, а також як засіб, що поліпшує смак ліків (у вигляді сиропу) і виявляє слабку сечогінну дію, коли є складовою частиною сечогінного чаю, який продають в аптеках.

У народі корінь солодки вживають як засіб від хрипоти (треба смоктати корінь).

Сонник (Atropa belladonna) — див. *Беладонна лікарська.*

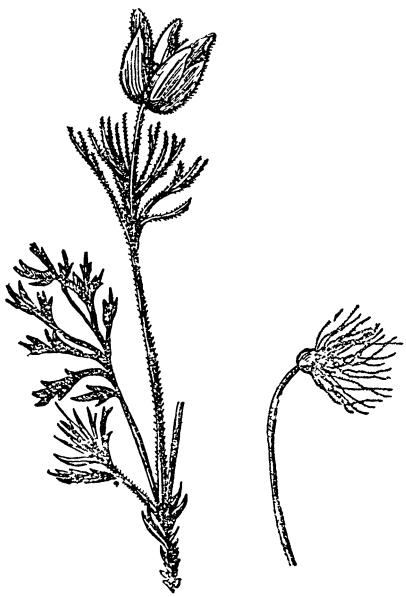
№ 176. Сон-трава лучна, сонник, сон, простріл лучний, сон лучний, сон-зілля лучне, праліска дзвінкувата (Anemone patens або Pulsatilla pratensis); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Сон-трава лучна (мал. 106) — багаторічна рослина з родини жовтецевих Росте в соснових і мішаних лісах, на відкритих піщаних пагорбах, на сухих схилах, по степах та на полонинах у помірній смузі на заході Європейської частини Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, а також у Середній Європі та в Скандінавії.

Квітконосне стебло в лучної сон-трави заввишки 25—30 *см,* має під квіткою покривало з лінійними волохатими частками; прикореневі листки довгасті, тричіпірчасторозсічені. У квітні з пазухи прикореневого листка виростає волохата стрілка (цибок) з волосистим лапчасто-розсіченим сидячим приквітком-покривалом та з пониклою

великою квіткою. Чашечка-квітка пелюстковидна (шість пелюсток), брудно-фіолетового кольору, у вигляді дзвоника з відігнутими краями; пелюсток нема (чашолисток замінює пелюстки). Кореневище темно-коричневе, вертикальне

Є й інший вид сон-трави — це сон-трава розкрита (P. patens). Відмітною особливістю цього виду сон-трави є те, що квітка у нього спочатку у вигляді дзвоника, а потім зірчасторозчепірена, синьо-фіолетового кольору. Хімічні та фармакологічні властивості цього виду сон-трави такі самі, як і першого, і ця рослина має однакове з лучною сон-травою застосування в лікувальній практиці.



Мал. 106. Сон-трава лучна.

В обох цих видах сон-трави, як і в усіх рослинах родини жовтецевих, міститься **отруйна** речовина анемонін, тому необхідно обережно застосовувати ці рослини. В цих рослинах є також сапонін відхаркувальний і, крім того, вони мають сильну бактерицидну й фунгіцидну властивості.

У науковій медицині сон-траву не використовують, хоч у Німеччині бували препарати з неї.

У нашій країні в гомеопатії виготовляють есенцію з усіх видів сон-трави.

У народній медицині сон-траву визнають заспокійливим і снотворним засобом, звідки й народна, яка стала ботанічною, назва цієї рослини: «сон-трава». У народі відвар з трави цієї рослини дають жінкам під час родових потуг, щоб зменшити біль та прискорити роди; дітям цей відвар дають при конвульсіях або при так званій дитячій судомі.

В Якутській АРСР у народі порошком сон-трави замінюють шпанську мушку, листя цієї рослини прикладають до пульсу — від гарячки, на голову — від паршів, на потилицю — від «курячої сліпоти».

Як болетамувальний засіб, сон-траву застосовують зовнішньо при суглобових ревматичних болях і соком з листя її натирають занімілі при ревматизмі члени тіла. Цю рослину кладуть також у ванни (як додаток) при лікуванні шкірних хвороб.

Способи застосування. *Відвар:* 5,0 або 10,0 на 200,0; вживати по одній столовій ложці, через кожні 2—3 години.

Домашній екстракт, тобто згущений відвар; вживати по одній чайній ложечці, три рази на день.

№ 177. Соняшник однорічний, або звичайний (Helianthus annuus); з лікувальною метою використовують його квітки, стебла й головку.

Соняшник — однорічна рослина з родини складноцвітих, одна з найважливіших олійних рослин, яка дає олійницькій промисловості Радянського Союзу основну масу сировини. Поширений у посівах на полях і городах майже по всій території помірної і теплої смуг Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, на Північному Кавказі, в Центрально-Чорноземних областях РРФСР та в інших районах нашої країни.

Оскільки цю рослину всі добре знають і вона не має різновидів, то ми не будемо наводити тут докладного ботанічного опису її.

Хімічну дію препаратів з соняшнику на організм не вивчено. У науковій медицині, а також і в народній, для зовнішнього застосування використовують олію з нього (як основу).

У народній медицині крім цього використовують язичкові квітки, спиртову настойку з яких (а іноді й з листя), вважають засобом проти гарячки, особливо нервової, та при невралгії, особливо простудній.

Зовнішньо в народній медицині застосовують настойку квіток соняшнику, як засіб, що очищує від шкірних висипів і застарілих виразок, а всередину — також і настойку, тільки не квіток, а сухого стебла (від малярії) та головки (від ревматичного болю й вушних хвороб). Коли нема настойки, в народі користуються й відваром.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка квіток: 20,0; по 20 крапель, три рази на день.

Настойка сухого стебла (на горілці): одна частина сухого стебла на 8 частин горілки, настоювати протягом

9 днів; вживати по три столові ложки натщесерце, протягом трьох днів.

Примітка. Під час заготівлі квіток соняшнику треба брати тільки яскраво-жовті крайові язичкові квітки й негайно сушити їх у затемненому приміщенні. Листя збирають у початковий період цвітіння, неушкоджене і без черешків; сушать його звичайно на горищі.

Сорокозуб (Dryopteris filix mas) — див. *Щитник чоловічий.*

№ 178. Сосна звичайна (Pinus silvestris); з лікувальною метою використовують її гілки, шишки та «зерна» смоли.

Сосна — рід хвойних дерев з родини соснових, який налічує в Радянському Союзі 18 видів.

Найбільше поширена звичайна сосна. Це високе дерево, відоме в суцільних насадженнях (соснових борах), здебільшого на піщаних ґрунтах, по всій території помірної зони Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, на Кавказі, Уралі та Алтаї.

З лікувальною метою використовують соснові бруньки та хвою (гілки й шишки) і продукти, що їх виробляють з сосни; скипидар, дьоготь, каніфоль та деревний оцет, а також природну соснову смолу («зерна» її).

Соснові бруньки збирають рано навесні, коли вони тільки починають набухати і поки покрівні лусочки ще щільно притиснуті до бруньки. Ці бруньки зрізують ножем разом з коронкою (чотири—п'ять пагонів). Бруньки являють собою кінці молодих весняних листоносних пагонів. Висушують бруньки на повітрі, під повіткою, на відкритому горищі або в приміщеннях, які добре провітрюються.

Бруньки сосни містять у собі смолу, ефірну олію (скипидар), крохмаль, гіркі й дубильні речовини, мінеральні солі та вітамін С. Вживають їх у вигляді відвару (10,0—200,0) як відхаркувальний (при бронхіті), сечогінний і дезинфікуючий (настій або скипидар) засіб, а також для інгаляції (для вдихань) при запаленні верхніх дихальних шляхів та для лікування ваннами (у формі відвару або настою), а також при рахіті й золотусі.

Хвою (гілки й шишки), яка містить у собі ту саму ефірну олію, збирають у будь-яку пору року. Екстракт з хвої (а в народі — простий відвар її) застосовують у зміцнювальних ваннах при рахіті, грижі, подагрі та ін.

Скипидар застосовують для втирань при ревматичних болях і подагрі, а також при невралгії; крім того, його

вдихають, подібно до того, як користуються настоєм з бруньок.

В аптеках іноді буває так звана соснова вата для болетамувальних пов'язок при ревматизмі й подагрі, яку цілком можна замінювати в домашньому побуті добре потовченою хвоєю, просіяною й змішаною зі звичайною аптечною ватою.

Хвоя як зміцнювальний засіб корисна не тільки при зовнішньому застосуванні (ванни або пов'язки), але й для внутрішнього вживання, особливо у вигляді відвару або настою шишок: при надмірних жіночих кровотечах, при цинзі та в інших випадках, коли потрібно зміцнювати організм.

Смола соснова, природна, являє собою терпентин, що міститься всередині дерева і який затвердів при виділенні внаслідок окислення й висихання. Смолу збирають також безпосередньо з дерев, де вона скупчується між корою й деревиною товстих коренів, а також виділяється на уражених місцях стовбура. Крупинки, або «зерна» смоли ковтають при грудних хворобах як зміцнювальний і відхаркувальний засіб (по 5—6 зернин за один раз, два рази на день).

Дьоготь аптечний, чистий — продукт сухої перегонки стовбурів і гілок сосни (а іноді й берези). Має дезинфікуючу, протипаразитну й місцеву подразну дію, тому його застосовують зовнішньо для лікування шкірних хвороб (екземи, лускатого лишаю, корости й ін.) у вигляді 10—30%-ної мазі, лініментів, сірчано-дьогтярного мила та інших складних препаратів (про дьоготь докладніше див. у статті «Береза»).

Способи застосування. *Відвар або настій бруньок:* 10,0—200,0; вживати по дві столові ложки, три рази на день.

Відвар або настій хвої: 20,0—200,0; вживати по дві столові ложки, три рази на день.

Для ванн: 50 *г* бруньок або хвої на одне відро води.

Сосонка польова (Equisetium arvense) — див. *Хвощ польовий.*

Спірея в'язолиста (Spiraea ulmaria) — див. *Таволга в'язолиста.*

Сплітачка (Cuscuta europaea) — див. *Повитиця європейська.*

№ 179. Спориш звичайний, куряча трава, гусятник, моріжок (Polygonum aviculare); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Спориш (мал. 107) — однорічна, іноді багаторічна, трав'яниста рослина з родини гречкових. Росте при дорогах, на забур'янених місцях та на полях майже повсюди в помірній і теплій смугах Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, а також у багатьох інших країнах Північної й Південної півкуль.

Мал. 107. Спориш звичайний.

Стебло в споришу гіллясте, лежаче, висхідне або пряме, колінчасте. Листки дрібні, еліптичні, ланцетні або лінійні. Квіточки по 3—5 штук у пазухах листків, рожеві, або зеленуваті, з білуватими, а по краях — червонуватими частками оцвітини. Плоди — матове, крапчасто-горбкувате насіння.

Цвіте спориш з травня по серпень. Збирають траву, коли вона тільки що зацвіте і стебла її ще не встигнуть затвердіти.

Хімічні властивості трави споришу досить добре вивчено. Ця рослина містить у собі багато кремнієвої кислоти й дубильних речовин. Її вживають при легеневих захворюваннях, а як в'яжучий засіб — при проносах. Крім того, в сухому листі споришу міститься до 40 *мг*% каротину і до 0,12% вітаміну С, а також дуже цінний глюкозид авікулярен.

Крім протизапальної та в'яжучої дії, спориш має ще й зміцнювальну й таку, що поліпшує обмін речовин, дію, препарати з нього є також кровоспинним і таким, що скорочує мускулатуру матки, засобом.

У науковій медицині спориш відомий з 1955 р., головним чином, завдяки препаратові авікуляренові, який виготовляють з цієї рослини і застосовують як ефективний засіб для скорочення мускулатури матки та для збільшення здатності крові зсідатися після, а також і на початку абортів і родів. Цей препарат рекомендують і проти коклюшу. Доза вживання звичайна — по 0,5—1,0 *г*, або по півтаблетки, 3—4 рази на день.

У народі спориш давно користується великою популярністю. Цю рослину застосовують у народній медицині у вигляді відвару, порошку, а в сезонний час також і у вигляді свіжого соку.

Препарати з споришу в народній медицині застосовують перш за все як протизапальний, зміцнювальний і сечогінний засіб при всіх катарах внутрішніх органів: нирок, печінки, сечового міхура й шлунка.

Як засіб, що виганяє пісок, ліки з цієї рослини застосовують при піску й каменях у нирках і сечовому міхурі, при жовчнокам'яній хворобі, навіть у дуже застарілих випадках.

Нарешті, спориш допомагає при всіх легеневих хворобах і навіть при туберкульозі легень: у народній лікувальній практиці помічено, що він поліпшує апетит і збільшує вагу тіла. Останнє можна підтвердити ще й тим, що гуси, якщо вони довго пасуться на спориші, швидко гладшають (недарма в деяких місцевостях цю рослину називають гусятником).

Для більшого ефекту спориш поєднують з іншими, подібними за своєю дією на організм, травами. Так, наприклад, при сильних проносах поєднують порівну траву споришу, плоди терну, стебла ожини та коріння рожі лікарської; беруть одну столову ложку цієї суміші на склянку окропу і вживають по одній столовій ложці, 5—6 раз на день.

При шкірних хворобах, коли треба відновити порушений обмін речовин, спориш також добре допомагає.

Зовнішньо цю рослину досить успішно застосовують у вигляді примочок з відвару, а коли можна, то й з свіжого соку для ран, навіть дуже запущених.

Есенції з свіжої трави споришу використовують у гомеопатії.

Тібетська медицина використовує коріння споришу.

Спосіб застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Стародубка (Adonis vernalis) — див. *Горицвіт весняний.*

Столітник (Aloe arborescens) — див. *Алое.*

Страхополох (Xanthium strumarium) — див. *Нетреба звичайна.*

Стягникров (Sanguisorba officinalis) — див. *Родовик лікарський.*

№ 180. Суниці лісові, полуниці, пазобник (Fragaria vesca); з лікувальною метою використовують ягоди й траву цієї рослини.

Суниці лісові — багаторічна трав'яниста рослина з родини розових. Поширені майже по всій території Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, а також в Азії, Західній Європі й Північній Америці. Ростуть лісові суниці на узліссях в освітлених лісах, на лісових вирубках, серед чагарників.

Плоди в цієї рослини — червонуваті, іноді довгасті ягоди; квітки білі.

Оскільки лісові суниці всі добре знають, то нема потреби наводити тут точне ботанічне визначення цієї рослини, треба лише зауважити, що не слід сплутувати лісові суниці з культурними, або садовими, суницями, у яких ягоди більші, але такої ж самої круглої форми, як і ягоди в лісових суниць. Садові суниці іноді неправильно називають полуницями.

В лісах росте й другий вид лісових суниць, цілком подібний до першого виду за своїми якостями, але з більш довгастими ягодами.

Судячи з народного досвіду, суниці є корисною і дуже загальновживаною рослиною як в'яжучий, сечогінний, кровоочисний, зміцнювальний і такий, що поліпшує обмін речовин, а крім того, як жовчогінний, протизапальний, очисний, заспокійливий і такий, що регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту, засіб.

Словом, у народі, особливо на Україні, лісові суниці за їхніми цілющими властивостями визнають трохи не універсальним засобом, незважаючи на те, що в науковій медицині, хоч і не заперечують лікувальне значення цієї рослини, але застосовують її в дуже обмеженій кількості, тобто самі тільки ягоди її та й то лише як слабкий сечогінний засіб (медичний рецепт: дві столові ложки ягід на склянку окропу, заварити й пити по півсклянки, три рази на день).

У народній медицині застосовують не тільки ягоди з лісових суниць, але й стебла цієї рослини разом з листям. Ягоди дуже корисні для дітей як ніжна поживна й зміцнювальна речовина (з молоком і цукром).

Таку саму зміцнювальну, заспокійливу й в'яжучу дію виявляють суниці на дорослих при склерозі, підвищеному тиску крові та при шлунково-кишковому нездужанні й сечогінно-очисну дію — на хворих на жовчнокам'яну хворобу та на пісок у нирках.

Суниці треба вживати в свіжому вигляді, щоб збереглися вітаміни, які в них є. Якщо з'їсти багато (до

3 *кг*) свіжих суниць з оселедцями й цибулею, то можна вигнати солітера з головкою.

Навіть зовнішнє застосування м'ятих ягід суниць у вигляді простої мазі з них давало чудовий наслідок при екземах. Але це справа сезонна.

Протягом року більше вживають тразу лісових суниць у вигляді відвару: при запаленнях у тонких кишках, при гастриті й катарах товстих кишок, при запорах, проносах та при інших хворобах травних органів, а також від масових шкірних хвороб — як засіб, що поліпшує обмін речовин в організмі. Корисно також вживати суниці всередину при подагрі, жовтяниці, рахіті й геморої.

Бажано було б, щоб наукова медицина санкціонувала народний досвід використання суниць з лікувальною метою.

Спосіб застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; по 2—3 столові ложки, а також і як чай — без дозування.

Суха нехворощ (Verbena officinalis) — див. *Вербена лікарська.*

Сухозлотиця (Sanguisorba officinalis) — див. *Родовик лікарський.*

Сухоцвіт (Helichrysum arenarium) — див. *Цмин пісковий.*

№ 181. Сухоцвіт драговинний, або болотяний, сушениця болотяна (Gnaphalium uliginosum); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Сухоцвіт драговинний, або болотяний (мал. 108),— однорічна рослина з родини складноцвітих. Росте на вологих луках, по берегах річок, у дорожних канавах, по засмічених місцях, іноді в посівах, особливо в дощові роки. Поширений переважно в Європейській частині Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, в Сибіру та на Далекому Сході, а також у Західній Європі, в Японії та в Північній Америці.

Стебло в цієї рослини від основи випростано-гіллясте (має вигляд куща), 15—25 *см* заввишки, з листям, шерстисте, сіроповстисте. Листки лінійно-довгасті, до основи звужені в черешок, з однією жилкою. Квітки жовтуваті, зібрані в дрібні кошики, розташовані тісними пучками на кінцях гілок. Сім'янки з летючкою (з чубком) з одного ряду зазублених цупких волосків. Цвіте рослина все літо, іноді до жовтня.

Під час заготівлі драговинного, або болотяного, сухоцвіту не треба сплутувати його з лісовим сухоцвітом або польовим жабником.

Лісовий різновид сухоцвіту відрізняється від драговинного, або болотяного, тим, що стебло у нього просте, не гіллясте (не у вигляді куща) і не сіроповстисте, а білоповстисте; крім того, квіткові кошики у лісового сухоцвіту розташовані не пучками, а поодинці, утворюючи вгорі колосовидне суцвіття.

Росте лісовий сухоцвіт, як видно й з його назви, у лісах, між чагарниками.

Другий різновид сухоцвіту — польовий жабник, також має пряме, не гіллясте, стебло, але шерстисте, також білого відсвіту. Стебло в цієї рослини часто буває вилчасто-гіллясте, обгортки-листочки повстисті, а не голі, як у драговинного, або болотяного, сухоцвіту, які при дозріванні плодів роблять зірчасто-розчепіреними. Росте польовий жабник по сухих схилах, по степах і парових полях.

Мал. 108. Сухоцвіт драговинний.

На Україні зустрічається ще й третій різновид сухоцвіту — жовтувато-білий сухоцвіт, також з негіллястим стеблом та з жовто-білими листочками-обгортками, з квітками-кошиками в густих верхівкових клубочках. Ця рослина любить сухі місця.

Всі ці три різновиди сухоцвіту: лісовий сухоцвіт, польовий жабник і жовтувато-білий сухоцвіт не мають лікарського значення.

Незважаючи на те, що хімічні властивості драговинного сухоцвіту вивчено ще недостатньо, але з медичної практики ця рослина добре відома як засіб, що знижує тиск крові, а також як заспокійливий, болетамувальний, вітрогінний, в'яжучий і протизапальний засіб.

З лікувальною метою цю рослину останнім часом (починаючи з 1933 р., Алмазов) використовують досить широко і в народній медицині.

Як судинорозширювальний і заспокійливий засіб, драговинний сухоцвіт застосовують, головним чином, для зниження кров'яного тиску. З 1955 р. цю рослину застосовують і при виразках шлунка й кишок, які виникають

на грунті нервових захворювань, при одночасному спільному лікуванні й корінням блакитної синюхи (докладніше читайте вище, під № 167) як заспокійливим засобом, з внутрішнім вживанням препаратів з обох цих рослин.

У народі застосовують прості відвари драговинного сухоцвіту.

Інструкцією від 1 жовтня 1955 р. Фармакологічний комітет Ученої медичної ради Міністерства охорони здоров'я СРСР дозволив випускати ліки з цієї рослини, а також і з блакитної синюхи, в таблетках (вживати їх треба по одній—дві штуки, три рази на день).

Для швидшого ефекту допускається одночасно з цим внутрішнім також і зовнішнє лікування з застосуванням ножних ванн з драговинного сухоцвіту (по 50 *г* трави на ванну, тривалість якої 30 хвилин при температурі 35°). Очевидно, для цього допущено продаж цієї рослини і в аптеках (у коробочках).

Як зовнішні засоби, екстракт або мазь з цієї рослини застосовують і в інших випадках — при лікуванні ран, які важко загоюються, та опіків.

Народна назва сухоцвіту «жабник» говорить про те, що в народі цю рослину застосовують при лікуванні так званої «жаби», яка має такий самий перебіг, як і ангіна.

Завдяки своїй заспокійливій дії, сухоцвіт повинен бути корисним і при грудній жабі, або стенокардії.

У народній практиці драговинний сухоцвіт часто вживають і при ракових захворюваннях — як зовнішній засіб, а як внутрішній засіб — при туберкульозі легень та при діабеті.

Крім того, всередину ліки з драговинного сухоцвіту вживають також і при болі в животі зі здуттям та з печією і при тривкому гастриті шлунка, а також проти гіпертонії, серцебиття, безсоння та невизначеної хвороби, яка часто буває у осіб з великою нервовою збудливістю.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0 або 30,0 на 200,0; вживати по одній столовій ложці, 4—5 раз на день, до їди.

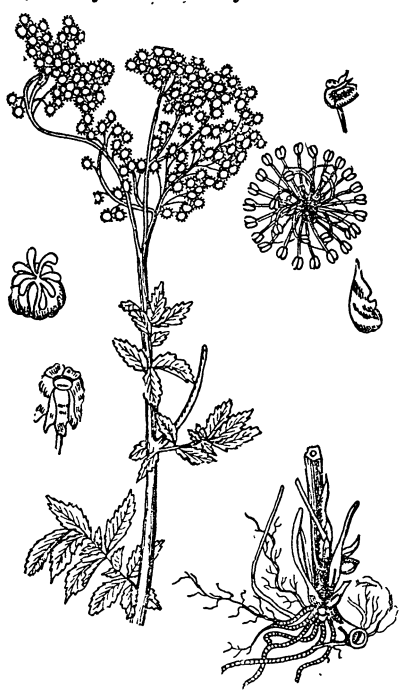
Екстракт: 50,0; по пів чайної ложечки, три рази на день; або згущений відвар: зовнішньо застосовувати для змазування ран.

Мазь: одна частина порошку трави на 4 частини коров'ячого масла і 4 частини меду; застосовувати від великих виразок.

Олія (від опіку): настій на лляній або соняшниковій олії.

Сушениця (Gnaphalium uliginosum) — див. *Сухоцвіт драговинний.*

№ 182. Таволга в'язолиста, спірея в'язолиста, лабазник, медунниця, медунка болотяна, борошень, огірочник та інші назви (Spiraea ulmaria) і інший вид: гадючник в'язолистий (Filipendula ulmaria); з лікувальною метою використовують траву й коріння.



Мал. 109. Таволга в'язолиста.

Таволга в'язолиста (мал. 109) — багаторічна трав'яниста рослина з родини розових. Росте на вологих місцях: на луках, узліссях, у ярах, по берегах річок та між чагарниками — майже по всій території помірної смуги Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, а також на Кавказі, в Сибіру та в зарубіжних країнах Азії і Європи.

Стебло в цієї рослини пряме, високе (до 1 *м* заввишки), з густим волотистим суцвіттям жовто-білих, іноді кремових запашних квіток. Листки пірчасті (понадрізувані, не округлені), зеленувато - білувато - повстисті знизу.

Збирають траву цієї рослини під час цвітіння, в червні — липні, а коріння — рано навесні та восени.

Таволга в'язолиста і гадючник в'язолистий — це два види, які мало чим відрізняються один від одного і мають майже однакове лікувальне значення.

Таволга в'язолиста (головним чином її коріння) за хімічним визначенням цінна тим, що, окрім інших складових частин, містить у собі метилово-саліцилову ефірну олію й легко може замінювати собою спеціальний медичний препарат метилсаліцилат, який випускає фармакологічна промисловість у олійових, мазьових і рідких

формах під назвою: салімент, капсин, бом-бенге та бальзам санітас. Цей препарат дуже широко застосовують у науковій медицині для розтирань проти м'язового й суглобового ревматизму.

Цю рослину застосовують лише в народній медицині — у вигляді відварів і саморобних мазей як потогінний і протиревматичний засіб всередину й зовнішньо, а також як сечогінний засіб при хворобах сечового міхура й нирок та як зміцнювальний засіб при катарах і геморої.

В гомеопатії ліки з цієї рослини застосовують при ревматизмі та подагрі (всередину й зовнішньо).

У народі з успіхом застосовують відвар з в'язолистої таволги при сильних болях у шлунку від запалень, додаючи іноді кропиви й звіробою в рівних частинах. Завдяки дубильним і саліциловим речовинам, які містяться в цій рослині, її успішно можна застосовувати для боротьби з шкірними хворобами (вживати ліки з неї всередину).

Як зовнішній засіб, ліки з в'язолистої таволги (відвар, іноді згущений) корисні для промивання ран, що гнояться, для спринцювання при білях, для клізм при тривких проносах, як примочка до виразок, фістул і чиряків, причому, в останньому випадку краще, якщо таволгу поєднувати порівну з раковими шийками.

У деяких випадках застосовують мазь із порошку кореня в'язолистої таволги. У нещасних випадках, коли нема швидкої лікарської допомоги, при укусах змій або скажених собак люди виручають себе прикладанням до ураженого місця свіжопорізаного, краще, якщо потовченого, кореня цієї рослини. Кореневі, як активнішому засобові, в усіх випадках надають перевагу перед травою цієї рослини.

Способи застосування. *Легкий відвар* (інфузія): одна чайна ложечка на склянку окропу; випити за день.

Тривалий відвар для промивань: 20,0—1000,0, тобто повна (з горою) столова ложка на 5 склянок води; кип'ятити півгодини.

Мазь: 1) корінь у порошку: одна частина його на п'ять частин коров'ячого масла;

2) корінь у порошку: 5,0, або одна чайна ложечка його, 9,0, або дві чайні ложечки, вазеліну і 6,0, або одна чайна ложечка, ланоліну; все старанно змішати.

№ 183. Татарник колючий, або звичайний, будяк, будяк волохатий, чортополох, будяк-дід (Onopordon acanthium); з лікувальною метою використовують його траву.

Татарник колючий, або будяк (мал. 110),— дворічна рослина з родини складноцвітих. Як бур'ян, росте іноді в посівах, на вигонах,

Мал. 110. Татарник колючий.

поблизу доріг, обривів, на пустирях, схилах. Поширений у теплій і помірній смугах Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, в Білорусії, Татарській АРСР.

Стебло в цієї рослини велике, до 2 *м* заввишки; листки довгасті, колючо-зубчасті; нижні — звужені при основі, пірчасто-лопатеві, загострені, а верхні — сидячі, суцільні, подвійнозубчасті. Вся рослина білуватопавутиниста. Квітки світло-пурпурові, трубчасті, зібрані у велике суцвіття, в головку з групою листочків-обгорток під собою, гострошорстких, шиловидних, але без залозистих волосків. Цвіте колючий татарник з червня до вересня. Рослина має гіркий смак. Збирають лише листя, під час цвітіння рослини.

У науковій медицині колючий татарник не використовують, оскільки його ще не вивчили, хоч цю рослину й варто було б дослідити як дезинфікуючий і протипаразитний або бактерицидний засіб.

У народній медицині застосовують відвар або порошок з колючого татарника як сечогінний засіб при хворобах сечового міхура, а також і при ревматизмі як протипростудний засіб. Цій рослині приписують і протисудомну властивість (від правцю), препарати з неї діють як зміцнювальний і заспокійливий засіб при пригніченому стані і дають бадьорість духу.

Зовнішньо ліки з колючого татарника застосовують від гнійних ран. Всередину краще вживати порошок з листя цієї рослини, обов'язково видаливши колючки.

Способи застосування. *Відвар листя:* 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день, а іноді, при хворобах сечового міхура, й по одній склянці.

Зовнішньо застосовувати той же самий відвар.

Порошок з листя (без колючок): вживати по одній чайній ложечці, три рази на день, запиваючи водою.

Татарське зілля (Acorus calamus) — див. *Лепеха болотяна.*

№ 184. Терен (Prunus spinosa); з лікувальною метою використовують його цвіт, плоди, коріння, кору й листя.

Терен — усім відома колюча кущова рослина, поширена в Європі, в тому числі в помірній смузі Європейської частини Радянського Союзу й зокрема на Україні, а також у Західному Сибіру та на Кавказі Росте на схилах, по краях і узліссях сухих лісів, на межах, у ярах, а іноді й на сухих крутих берегах річок.

Заввишки терен досягає 3 *м*, а іноді й більше, являє собою відстовбурчений гіллястий кущ Молоді гілочки опушені; листки довгасто-еліптичні; плоди — кулясті, темно-сині, з сизим нальотом костянки, що мають дуже терпкий зелений м'якуш.

Хімічні властивості терну ще не вивчено.

За народним досвідом, різні частини цієї рослини мають і різну дію на організм.

Плоди виявляють сильно в'яжучу дію й корисні для зміцнення шлунка й кишок при функціональних розладах, але не як лікарський препарат, а у вигляді харчових продуктів з них: повидла, настойки на вині або горілці, відвару й киселю. Плоди можна вживати й свіжими з тією ж самою метою.

Квітки терну мають навпаки, хоч і легку, але проносну властивість, і тому вони є ніжним засобом, що регулює перистальтику кишок, а крім того вони збуджують діяльність нирок і сечового міхура. Корисні квітки й при різних захворюваннях печінки, оскільки вони мають і очисну властивість. Помічено, що тернові квітки мають благотворний вплив на організм майже при всіх порушеннях правильного обміну речовин (при масових чиряках та при інших шкірних хворобах).

В гомеопатії тернові квітки застосовують при невралгії.

Коріння, кора і навіть сама деревина (молода) мають потогінну й жарознижувальну силу, і відвар цих частин терну (чай) дуже корисний при підвищеній температурі. Цей відвар застосовують у народі й для спринцювань при білях як протизапальний засіб.

Листя терну, яке заготовляють зразу, як тільки рослина відцвіте, є сечогінним і проносним (при хронічних запорах) засобом. З нього варять чай. Цей чай особливо рекомендують людям, які ведуть сидячий спосіб життя.

Пігментований верхній шар кори (барвний) рекомендують від бешихових запалень (у свіжому вигляді або у вигляді відвару) як примочку.

Способи застосування. *Відвар коріння й кори:* 5,0—200,0, або одна чайна ложечка на склянку окропу; кип'ятити протягом 15 хвилин, пити ковтками, не дозуючи.

Для зовнішнього застосування, для спринцювань, відвар треба розводити наполовину.

Відвар квіток: 25,0—200,0; пити як чай.

№ 185. Термопсис ланцетний, п'яна трава, мишатник, миш'як (Thermopsis lancedata); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Термопсис ланцетний (мал. 111) — багаторічна трав'яниста рослина з родини бобових. Зустрічається в Бурятській АРСР, у Забайкальських степах, у Сибіру та в Казахстані. На Україні термопсис не росте.

Стебло в цієї рослини прямостояче, гіллясте, заввишки до 15—25 *см,* з дрібними білуватими волосками на ньому. Листки трійчасті, довгасті, сірувато-зеленого кольору, гладенькі зверху й волохаті знизу, завдовжки 3—7 *см,* а завширшки — 0,5—1 *см.* Квітки жовті, зібрані кільцями у верхівкових китицях. Приквітки довгасто-яйцевид-

ні, чашечка волохата. Кореневище довге, гіллясте; біб майже сидячий, лінійний.

Суха трава цієї рослини має своєрідний запах, схожий на легкий запах насіння маку. Смак гірко-терпкий

Хімічні властивості ланцетного термопсису за останні роки достатньо вивчено. Ця рослина містить у собі п'ять

Мал. 111. Термопсис ланцетний.

алкалоїдів, які виявляють різну фізіологічну дію на організм, а крім того сапоніни, ефірну олію, таніди та інші корисні лікарські речовини.

Основна фізіологічна дія ланцетного термопсису — відхаркувальна, а крім того, завдяки двом з п'яти алкалоїдам — цитизинові та метилцитизинові — ця рослина ще збуджує дихання й підвищує кров'яний тиск.

У великих дозах препарати з цієї рослини є блювотним засобом. Ланцетний термопсис легко може замінювати собою закордонні іпекакуану та сенегу.

Насіння у ланцетного термопсису **отруйне,** і тому траву цієї рослини під час заготівлі її треба звільняти від нього. Ліки з цієї рослини треба завжди суворо дозувати при вживанні (наприклад, разова доза порошку з нього для дорослих — 0,1 *г*).

З 1933 р. траву термопсису включено до Державної фармакопеї СРСР.

У науковій медицині з неї готують настій, сухий екстракт, порошок і таблетки (є в аптеках). Є й спеціальний препарат цититон для введення у вену, який виробляють з термопсису. Його застосовують для збудження дихання й підвищення тиску крові. Сухий екстракт, порошок і таблетки від кашлю вживають, головним чином, як відхаркувальні засоби при різних легеневих захворюваннях (хронічному бронхіті, пневмонії чи крупозному запаленні легень і т. д.), як засоби, що, подібно до цититону, також збуджують дихання й підвищують тиск крові, а також як засоби для збудження послабленої діяльності шлунково-кишкового тракту (для посилення виділення шлункового соку) та для спричинення блювання.

У народній медицині ліки з ланцетного термопсису давно застосовують при тих же самих легеневих хворобах, при кашлі, навіть судомистому, при грипі та головному болі. Крім того, препарати з цієї рослини визнають у народі за добрий глистогінний і протипаразитний засіб.

Протипоказано вживати ліки з термопсису при схильностях до кровохаркання та при туберкульозних проносах.

З клінічного досвіду наукової медицини помічено, що дія термопсису на організм ефективніша за дію іпекакуани.

Способи застосування. *Легкий відвар або 8-годинний настій:* 0,6—200,0, тобто $^1/_{10}$ частина чайної ложечки на склянку води; вживати по одній столовій ложці, 3—5 раз на день.

Відвар для дітей: 0,2—100,0; давати по одній чайній ложечці, 3—4 рази на день.

Порошок трави: дорослим — по 0,1 *г,* три рази на день; дітям до дворічного віку — по 0,01 *г;* дітям 4-річного віку — по 0,015 *г;* дітям 10-річного віку — по 0,3 *г.*

Готові таблетки від кашлю; вживати по одній таблетці, три рази на день.

Терпентинова олія (Pistacia teribinthina) — див. *Скипидар.*

№ 186. Тирлич жовтий (Gentiana lutea); з лікувальною метою використовують корінь цієї рослини.

Тирлич жовтий (мал. 112) — це один з видів трав'янистих рослин з родини тирличевих. Цей вид тирличу з жовтою квіткою й тов-

Мал. 112. Тирлич жовтий.

стим кореневищем походить з Карпат, росте він ще в гірських областях Південної Європи та Малої Азії.

Це багаторічна рослина з великою кореневою системою, вагою в кілька кілограмів, яка складається з короткого багатоголового кореневища з кількома великими, завдовжки до 60 *см,* боковими коре-

нями. Широкі, еліптичні, голі, цілокраї й дуже великі листки кожного року утворюють розетку.

На 3—4-й рік зростання рослини, коли вона вже починає цвісти, у неї виростає один або кілька високих, до 1,5 *м* заввишки, порожнистих (дудчастих) гіллястих стебел з супротивними листками, що напівобіймають стебло. З середини стебла в пазухах листків розташовані великі яскраво-жовті квітки з колосовидним віночком (5—6 пелюсток). Плоди — коробочки, які розтріскуються надвоє. Насіння дрібне, крилате, у вигляді світло-коричневих, довгастих або округлих пластинок.

Цей докладний ботанічний опис жовтого тирличу необхідний особливо тим, хто сам збирається користуватися цією рослиною, дістаючи її в природі, а не з аптек у вигляді готових препаратів — густого екстракту або настойки.

Як рослину, прийняту до Державної фармакопеї СРСР, жовтий тирлич вирощують, хоч і в незначній кількості, в нашій країні (у Битці, під Москвою).

Коріння жовтого тирличу, яке збирають восени, треба швидко сушити при високій температурі (50—60°), щоб не допустити до бродіння. Коріння має слабкий, ароматичний, медовий запах і дуже гіркий смак.

Відповідно до практики наукової медицини та народного лікувального досвіду, в цій рослині відмічено такі корисні для організму властивості: ліки з неї збуджують апетит, регулюють травлення, вони є очисним, зміцнювальним і протицинготним засобом.

У науковій медицині жовтий тирлич застосовують завдяки тому, що в ньому є гірка речовина, що збуджує апетит і поліпшує травлення. Для поліпшення живлення або для зміцнення організму цю рослину вважають кращим засобом, ніж золототисячник.

У народній медицині жовтий тирлич має ширше й різноманітніше застосування. Крім того, що його вживають при різних хворобах шлунка, він допомагає при хворобах селезінки й печінки, при золотусі, жовтяниці, кашлі, гарячці, при дизентерії й цинзі як зміцнювальний засіб і крім того, проти частих запаморочливих станів.

Що коріння жовтого тирличу має лікувальні властивості, це в широкому масштабі підтверджується клінічною практикою народної ветеринарії. Коли цю рослину дають коням (з глауберовою сіллю), то завдяки цьому у тварин значно поліпшується травлення. Рогатій худобі ця рослина корисна при поганому потягу до корму або при втраті жуйки, при проносах і колітах, а вівцям — при жовтяниці й виснаженні.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; або одна частина трави на 10 частин окропу; вживати по

одній столовій ложці, три рази на день, за півгодини до їди.

Настойка на спирті: 20,0; вживати по 20—30 крапель.

Настойка на горілці: брати 50 *г* трави на півлітра горілки, настоювати протягом 8 днів; вживати по 30—40 крапель, три рази на день. При вживанні капати на шість ложок води.

№ 187. Тирлич хрещатий, або хрестовидний, лихоманник, розмай-зілля (Gentiana cruciata); з лікувальною метою використовують коріння цієї рослини.

Мал. 113. Тирлич хрещатий.

Тирлич хрещатий (мал. 113) — це також багаторічна рослина й відноситься, як і жовтий тирлич, до родини тирличевих. Трапляється зрідка в центральних областях Європейської частини Радянського Союзу, але більше його на Україні. Росте на сухих схилах, між чагарниками, на полях, луках і пагорбах, у рідких молодих соснових лісах, любить відкриті місця.

Оскільки ця рослина багаторічна, то тільки на 3—4-й рік свого зростання вона дає з своєї щорічної листяної розетки стебло з супротивними листками й квітками. У хрещатого тирличу стебло нижче, ніж у жовтого, воно буває 15—60 *см* заввишки. Кореневище в цього тирличу також менше, але воно міститься глибше в землі.

Стебло в хрещатого тирличу спочатку сланке, а та частина його, що з листками й квітками в їхніх пазухах, підведена й прямостояча. Листки лінійно-ланцетні, трохи довші за листки жовтого тирличу, вони багатожилкові, з помітнішим відгином їхніх кінців донизу. На стеблі листки розташовані, як і в жовтого тирличу, також попарно; в їхніх пазухах містяться сидячі, зібрані в пучки, квітки на дуже коротких квітконіжках. Віночки квіток ззовні сині, з чотирма яйцевидними, відігнутими частками.

Цвіте хрещатий тирлич з липня до середини серпня. Збирають кореневища цієї рослини з корінням восени, причому, щоб не псувати даремно ті рослини, у яких ще молоді й слабкі за своїми цілющими якостями корені, рекомендується викопувати корені лише тих рослин, у яких стебла вже починають в'янути. Помите коріння треба негайно

різати й швидко сушити в печі при температурі 50—60°, щоб запобігти неминучому бродінню (оголені корені починають чорніти).

Оскільки цю рослину ще не визнала наукова медицина, то ще й досі не встановлено точно, які хімічні властивості вона має, але, судячи з того, що вона гірка на смак, можна зробити висновок, що в хрещатому тирличі є той же самий дуже гіркий глюкозид, що й у жовтому тирличі, тільки в меншій кількості.

Фармакологічні властивості у хрещатого тирличу майже такі самі, як і в жовтого, тобто ця рослина збуджує апетит, зміцнює шлунок і взагалі поліпшує функціональну діяльність травних органів. Крім того, відповідно до досвіду народної медицини, ця рослина має ще глистогінну властивість, перешкоджає нагноєнням і допомагає при блідій немочі (у дівчат) і при подагрі.

Як рослина, що містить у собі гіркий глюкозид, хрещатий тирлич особливо корисний при млявому травленні (при диспепсії, і навіть ахілії шлунка), при запорах, відсутності апетиту, при кислій відрижці (підвищеній кислотності в шлунку) та при печії (настойка на вині або горілці). Відвар і настойка коріння цієї рослини допомагають при внутрішньому вживанні й при артритах (запаленні суглобів від ревматизму).

Зовнішньо застосовують при ранах, що гниють, порошок з коріння, а при смердючому потінні ніг застосовують гарячий відвар однієї частини цього коріння в поєднанні з трьома частинами дубової кори по столовій ложці і навіть по чайній ложечці на склянку окропу. В цьому відварі, який ще не вихолонув, намочують полотно (краще, якщо саморобне) і щоденно, наніч, укутують ним ноги.

Способи застосування. *Відвар кореня:* 5,0—200,0, або одна чайна ложечка дрібно порізаного кореня на склянку окропу; настоювати на вогні протягом 7—10 хвилин; вживати по одній склянці, три рази на день.

Настойка на горілці або вині: дві чайні ложечки, або одна столова ложка на склянку вина або горілки; настоювати протягом трьох тижнів; вживати по одній чарці, або по дві столові ложки, три рази на день, перед їдою.

Порошок з кореня, подрібнений на борошно, вживати по одній—дві пучки, запиваючи водою, три рази на день.

№ 188. Тополя чорна, осокір (Populus nigra); з лікувальною метою використовують листя й бруньки цього дерева.

Чорна тополя, або осокір,— дерево з родини вербових, заввишки 18—40 *м*. Росте по берегах річок та на низьких місцях. Поширена в помірній і теплій смугах Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, а також у Малій Азії та в зарубіжній Європі. Вирощують це дерево повсюди.

Листки в чорної тополі зверху блискучі, розширено-яйцевидної форми, з пилчастим краєм. Квітки у вигляді довгих висячих сережок, причому чоловічі сережки пурпурно-червоні. Цвіте дерево до розпукування листя.

У бруньках цього дерева (саме їх здебільшого й збирають) багато ефірної олії та дубильних речовин.

У науковій медицині мазь із бруньок чорної тополі використовують іноді як болетамувальний і в'яжучий засіб при перев'язках. Але це, власне кажучи, народний засіб.

У народі ліки з чорної тополі застосовують як зовнішній засіб при геморої (від шишок), при хронічному ревматизмі (лікують суглоби) та при опіках, а іноді й при подагрі, а також і як засіб для ростіння волосся та для вживання всередину у вигляді настойки або згущеного відвару при хворобах селезінки та при цинзі.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка бруньок: 25,0; вживати по 15—20 крапель, три рази на день.

Мазь: одна частина порошку бруньок на 4 частини основи (коров'ячого масла або вазеліну).

Тремтяча тополя (Populus tremula) — див. *Осика.*

Фенхель аптечний (Foeniculum vulgare)—див. у статті *Кріп запашний.*

№ 189. Фіалка запашна, фіалка пахуча, кінські копитця, підлісок та інші назви (Viola odorata); з лікувальною метою використовують траву й коріння цієї рослини.

Фіалка запашна (мал. 114) — багаторічна рослина з родини фіалкових. Поширена майже по всій території Радянського Союзу, в тому числі й на Україні. Росте в лісах, між чагарниками; її часто розводять і як декоративну рослину.

Листки в запашної фіалки прикореневі, на довгих черешках, округло-овальні, серцевидні, жовто-зеленого кольору. Квітки темно-фіолетові, дуже пахнуть, і саме запахом і кольором своїх квіток ця

фіалка відрізняється від триколірної фіалки (триколірних братків). Кореневище у запашної фіалки повзуче, дуже розгалужене.

Цвіте ця рослина рано навесні, після підсніжника. Збирають її навесні та влітку, з квітками, листям і корінням; сушать, як звичайно,— в тіні.

Завдяки тому, що в запашній фіалці, особливо в її корінні, багато сапоніну, відхаркувальної речовини та алкалоїду віоліну, який також діє на організм, як відхаркувальний засіб, подібно до того, як діє іпекакуана в менших дозах, то вона дуже корисна при всіх легеневих захворюваннях: при туберкульозі легень, при гострому й хронічному кашлі, а особливо при коклюші.

Мал. 114. Фіалка запашна.

Щодо коклюшу, то треба сказати, що його вдало можна ліквідувати лише при лікуванні фіалкою — внутрішньому й зовнішньому одночасно, тобто, коли дитина вживатиме відвар запашної фіалки всередину, а жмаками цієї рослини, коли вони ще теплі (або самою відвареною травою), обкладати дитині верхню частину грудей і оббинтовувати їх так, щоб вийшло щось схоже на зігрівальний компрес, тривалістю на одну або півтори години. Це треба робити вранці і ввечері (наніч). Всередину треба дитині давати через кожні дві години, протягом усього дня, по столовій ложці відвару. При такому лікуванні протягом трьох діб коклюш перестане мучити дитину (особистий досвід автора).

Хворій дитині у віці 7—10 років можна давати по 2—3 столові ложки відвару.

Дуже корисно для дітей, якщо ліки, перед тим, як дати їх дітям, підсолодити (краще не цукром, а медом). Відвар треба вживати теплий.

Таке саме лікування не безрезультатне буває й при подагрі.

Добре допомагає вживання відвару або настойки запашної фіалки всередину при емфіземі (розширенні легень) для зменшення задишки.

Корисні ліки з цієї рослини й при ревматизмі.

При нетриманні або затримуванні сечі у дитини достатньо буває іноді, щоб вона посмоктала розм'якшений (розпарений) і підсолоджений корінь запашної фіалки, і функціональна діяльність нирок нормалізується у неї.

Корисні ліки з запашної фіалки й при піску в сечовому міхурі та в нирках, але вони будуть ще кращими, набагато ефективнішими, якщо їх виготовляти не з самої тільки запашної фіалки, а з суміші цієї рослини з стручками квасолі, косами (волоссям) з кукурудзи, листям мучниці та з бруньками берези (всього порівну). Цієї суміші треба брати по дві столові ложки на 2—4 склянки окропу й настоювати протягом 20 хвилин; вживати по 2—3 столові ложки, три рази на день.

Як зовнішній лікарський засіб, ліки з запашної фіалки застосовують при опухах — до хворого місця прикладають примочку з відвару або свіжу пом'яту траву чи навіть і суху, але попарену окропом траву (якщо лікування проводять не в літню пору).

Як протизапальний засіб відвар із запашної фіалки (для полоскання) корисний також і при грипі, ангіні та при інших запаленнях слизової оболонки.

Способи застосування. *Відвар:* 2,0—200,0; вживати по 2—3 столові ложки, три рази на день.

Настойка: 25,0; по 25 крапель, три рази на день.

Фіалка триколірна (Viola tricolor) — див. *Братки триколірні.*

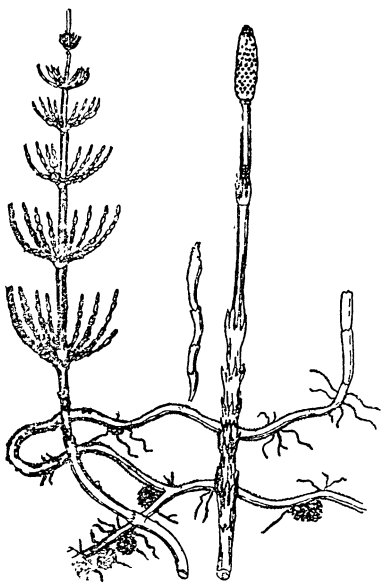
Фігове дерево (Ficus carica) — див. *Винні ягоди.*

Хаменерій вузьколистий (Chamaenerium angustifolium) — див. *Іван-чай вузьколистий.*

№ 190. Хвощ польовий, сосонка польова, яличка, веретінце та інші назви (Equisetium arvense); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Польовий хвощ (мал. 115) — багаторічна рослина з родини хвощевих, з роду спорових рослин. Поширений по всій земній кулі, за винятком Австралії та Антарктиди, є і в Радянському Союзі, в тому числі й на Україні. Росте більше по пісках або підвищених сухих лісових місцях.

Спори у польового хвоща вгорі спороносних стебел утворюють спороносні колосочки, але не від них іде розмноження рослини, а від спороносних підземних пагонів, від яких з'являються плодоносні й неплідні стебла. Обидва види стебел членисті, але відрізняються одні від одних тим, що плодоносні стебла з'являються раніше від неплідних, рано навесні, вони не гіллясті, світло-бурі або червонуваті, соковиті, мають на кожному зчленуванні недорозвинені листочки — гілки, дуже притиснуті до стебла й короткі, а вгорі по одному довгастоовальному споровому колосочку, причому стебло це з колосочком здається голим, без відростків-листочків.



Мал. 115. Хвощ польовий.

Неплідні стебла розвиваються пізніше, вони гіллясті, майже в два рази вищі за плодоносні, досягають 50 *см* заввишки; гілки цих стебел, що замінюють собою листочки, на кожному зчленуванні зірчасто розходяться нарізно й створюють вигляд маленької сосонки (через це в народі польовий хвощ називають ще сосонкою).

Не слід плутати польовий хвощ з лучним, який не є лікарською рослиною і відрізняється від сірого польового хвоща зеленуватим кольором своїх гілок і стебла, за формою чотиригранного, шорсткого, й дуже борознистого. Стебло ж у польового хвоща кругле і не таке шорстке й грубе.

Лучним хвощем, завдяки його особливій шорсткості, сільські господарки чистять посуд, а столяри відшліфовують меблі.

У науковій медицині польовий хвощ мало використовують, а більше в народі.

Хімічні властивості польового хвоща достатньо вивчено. Ця рослина містить у собі багато кремнієвої кислоти, в'яжучих дубильних речовин, відхаркувальних сапонінів, гіркої речовини, каротину (вітамін А) та вітаміну С.

Завдяки тому, що в польовому хвощі є багато кремнієвої кислоти, ліки з трави цієї рослини дуже корисні при туберкульозі легень і при багатьох тривких шкірних хворобах, які не піддаються місцевому зовнішньому лі-

куванню. Ці ліки діють на організм, якщо їх вживати всередину, як зміцнювальний і очисний засіб.

Дубильні речовини, що є в польовому хвощі, роблять ліки з нього дуже добрим кровоспинним засобом, і саме цим ця рослина й славилася ще в давнину.

А завдяки сапонінові, що є в польовому хвощі, препарати з цієї рослини корисні як відхаркувальний засіб не тільки при звичайних легеневих хворобах, але й (завдяки дубильним речовинам) при кровохарканні.

Ліки з польового хвоща виявляють чудову оздоровлюючу, дезинфікуючу й «виїдаючу» дію на виразки й застарілі рани (подібну до дії подорожника).

Як очисний засіб, ці ліки необхідні при водянці й жовтяниці. Але особливо сильно препарати з польового хвоща діють на організм у ділянці нирок і сечового міхура. В них помічається не тільки сечогінна властивість, але й здатність розчиняти й ніби розсмоктувати камені в нирках або в сечовому міхурі й таким чином звільняти хворого від неминучої іноді операції. Це не раз перевіряв сам автор. У таких випадках він вдавався до того самого найефективнішого методу спільного внутрішнього й зовнішнього лікування, який рекомендувався при лікуванні коклюшу.

Як кровоспинний засіб, ліки з польового хвоща, а особливо, якщо його поєднують з грициками пополам, дуже успішно застосовують зовнішньо і вживають всередину при надмірних менструаціях.

Польовий хвощ містить у собі гірку речовину, і завдяки цьому його вживають і при хворобах шлунка, а якщо буває криваве блювання, то цю рослину поєднують порівну з ягодами ялівцю.

Побічних шкідливих явищ при вживанні польового хвоща не помічено, а якщо він і протипоказаний, то лише при гострому запаленні нирок, коли небезпечним виявляється й невелике подразнення.

Оскільки в польовому хвощі є й вітаміни, то його можна рекомендувати як корисну домішку до інших вітаміноносних рослин.

Способи застосування. *Відвар:* 50,0—200,0, настоювати протягом 20 хвилин; вживати по три столові ложки, 3—4 рази на день.

Екстракт: 30,0; вживати по пів чайної ложечки, 4—6 раз на день (домашній екстракт—це згущений відвар).

Компрес. Для цього треба вищезазначений відвар наполовину розвести водою й намочувати в ньому тканину, поки він ще не вихолонув.

Мазь на виразки: беруть одну частину екстракту або згущеного відвару на 4 частини коров'ячого масла або вазеліну (краще жовтого).

№ 191. Хміль звичайний (Humulus lupulus); з лікувальною метою використовують його цвіт, листя й стебла.

Хміль — усім відома дикорослa витка рослина, тому нема потреби наводити тут докладний ботанічний опис його.

У науковій медицині хміль як лікарську рослину мало використовують. Раніше з його шишок, або, правильніше, залозок, виготовляли особливий препарат, який називається лупулін, а останнім часом хміль рекомендують і вживають як простий відвар при запаленнях сечового міхура (при циститі) та для заспокоєння нервової системи, для чого його вводять до складу так званого заспокійливого чаю.

У народній медицині хміль застосовують значно ширше. Завдяки гіркій речовині, що міститься в хмелі, відвар з цієї рослини вживають для апетиту, при слабкості шлунка, при гастриті й навіть при хронічному проносі; як болетамувальний і заспокійливий засіб цей відвар вживають всередину й застосовують як зовнішній засіб при подразненні сечового міхура, при неврастенії, невралгії, радикуліті та при інших нервових хворобах. В останньому випадку накладають теплий компрес з відвару на тазові органи й хворі місця.

Заспокійливі властивості хмелю здавна використовують у народній ветеринарії: міцний відвар хмелю дають у великій кількості худобі під час статевої тічки.

Як засіб, що тамує біль і ліквідує опух, ліки з хмелю вживають всередину при хворобах печінки й селезінки, при запаленні нирок (нефриті) й жовчного міхура (холециститі), а також при водянці й жовтяниці.

При масових наривах від неправильного обміну речовин ліки з хмелю вживають всередину, а при лишаях, а також і при забиттях, їх застосовують зовнішньо як примочку; при випаданні волосся відваром з цієї рослини миють голову.

Як зміцнювальний і «кровоочисний» засіб, ліки з хмелю вживають всередину при цинзі та золотусі.

Способи застосування. *Відвар:* 10,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 25,0; по 40 крапель, три рази на день.

Порошок з шишок: 1—2 *г,* або по пів чайної ложечки, три рази на день.

Зовнішньо: згущений відвар або мазь із нього у відношенні 1 : 4 на основі.

Примітка. Коли застосовуєте з лікувальною метою шишки хмелю, то суворо стежте, щоб вони не були ні перестиглими (тоді вони мають жовто-бурий колір), ні недозрілими (коли у них ще яскраво-зелений колір).

Хрестовий корінь (Cnicus benedictus) — див. *Кнік бенедиктинський.*

Хрещатий барвінок (Vinca minor) — див. *Барвінок малий.*

Хрін водяний (Nasturtium officinale) — див. *Настурція лікарська.*

№ 192. Хрін звичайний (Armoracia rusticana); з лікувальною метою використовують його корінь.

Хрін — усім відома городня рослина, корінь якої вживають як приправу до їжі.

В медицині хрін не застосовують, але наука почала й продовжує досліджувати його поряд з іншими побутовими рослинами, такими, як редька, цибуля й часник та інші (див. Фітонциди в медицині. Київ, 1959, стор. 17 і 65).

У народі хрін дуже цінять як такий витяжний засіб, який завжди є напохваті і який можна застосовувати в усіх тих випадках, коли потрібний гірчичник. Не менш корисний хрін як витяжний засіб і при зубному болі (для полоскання), а також як засіб, що збуджує апетит і посилює виділення шлункового соку — при слабкості шлунка та як протицинготний засіб (при цинзі хрін треба постійно вживати всередину, з пивом або з вином).

Навіть просте, але часте вживання хрону у вигляді приправи до їжі може профілактично запобігти цинзі, тому що він має в собі багато вітаміну С і, зміцнюючи організм, звільнює його від будь-якої схильності до кровотеч.

Як зміцнювальний засіб, хрін рекомендують при посиленій розумовій та фізичній праці.

Добре, якщо хроном у вигляді полоскання дезинфікувати й освіжати собі рот.

Спосіб застосування. *Настій проти цинги:* одна чайна ложечка натертого хрону на одну склянку вина або пива; вживати по одній чайній ложечці, три рази на день.

№ 193. Цибуля городня (Allium cepa); з лікувальною метою використовують її головку (цибулину).

Городня цибуля — дуже поширена в городній культурі дворічна рослина. Своєрідною особливістю всіх видів цибулі є різкий запах, зумовлений наявністю в тканинах рослини ефірної олії, від якої у того, хто що-небудь робить з цибулею (тре її чи ріже на дрібні кусочки), йдуть сльози.

Усі види цибулі містять у собі багато вітаміну С, і саме тому цибулю необхідно вживати, бо вона є протицинготним засобом. Та найціннішим у цибулі є відкриті в ній Б. П. Токіним фітонциди — речовини, здатні вбивати хвороботворних бактерій. Тому, крім харчового значення, як приправи, цибуля має й лікарське значення.

У народній медицині і навіть у науковій цибулю знають як протицинготний і дієтичний засіб; її вживають (з капустою і квасом) для оздоровлення при хворобливому схудненні; настій з цибулі на воді п'ють від глистів; її вживають також, коли болить голова.

Зовнішньо цибулю застосовують як подразник (її треба прикладати розрізаною до висків і до лоба), при вушних хворобах (закапують сік з горілкою у вухо, по дві краплі) та від нариву для дозрівання його (треба прикладати цибулю, спечену в тісті).

Останнім часом, завдяки тому, що в цибулі виявлено фітонциди, її почали застосовувати при грипі, ангіні, при трихомонадному запаленні жіночих статевих органів і взагалі при всіх запаленнях слизової оболонки бактеріального походження.

При грипі й трихомонадному запаленні стінок піхви в народі застосовують так звані тампони з цибулі, тобто швидко труть цибулю на тертці, натерту масу негайно вкладають у клаптики марлі, розміром приблизно 3×3 *см* (для тампонів від грипу), зав'язують їх і вкладають у ніздрі на 15 хвилин вранці, вдень і ввечері,

а для тампонів, які хочуть укласти в піхву, беруть клаптики марлі розміром 10 × 10 *см* і також зав'язують їх і вкладають у піхву на 8—10—12 годин (індивідуально).

Щоб пом'якшити реакцію, беручи до уваги те, що у декого велика чутливість, тампони попередньо змазують маззю з нагідок, або так званою календулою.

Автор кілька разів лікував себе і навколишніх від вірусного грипу за допомогою тампонів з цибулею і завжди домагався повного ефекту.

Народна медицина визнає свіжий сік цибулі корисним лікарським засобом і при шлунково-кишкових запаленнях, так само, як і при ангіні; його в таких випадках вживають всередину, по одній чайній ложечці, 3—4 рази на день.

У науковій медицині для цього запропоновано ряд препаратів, наприклад, витяжку з цибулі на 90°-ному спирті алілчеп, яку рекомендують для вживання всередину при проносах і атонії кишок, по 15—20 крапель, три рази на день, до їди. Цей препарат пропонують і для лікування артеріосклерозу протягом трьох—чотирьох тижнів, по 20—30 крапель, три рази на день.

Для лікування трихомонадних запалень наукова медицина пропонує й інший препарат, який називається алілгліцер, тобто той же самий алілчеп, тільки змішаний з гліцерином.

№ 194. Цикламен європейський, альпійська фіалка (Cyclamen europeum); з лікувальною метою використовують кореневище або бульби цієї рослини.

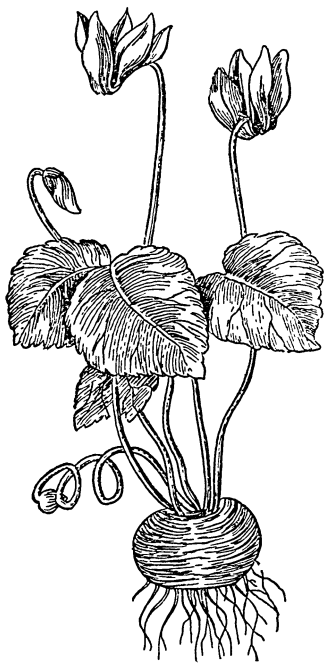
Цикламен (мал. 116) — трав'яниста, низенька, багаторічна рослина з родини первоцвітових. У дикому стані росте в лісах та на вологих місцях на півдні та південному заході Радянського Союзу, а також у горах Середньої та Південної Європи. Особливо поширений у Радянському Союзі на заході та на сході Грузії (звідки й народна назва цієї рослини — дряква грузинська).

Кореневище в цикламену, яке використовують для лікування, бульбоподібне, до 60 *г* вагою, ззовні буре, з численними тонкими корінцями внизу його. Стебла тонкі, безлисті, закінчуються вгорі одним листком або однією квіткою. Стебла з квітками здебільшого довші за стебла з прикореневими листками. Листки звичайно зимуючі, за формою серцевидні або нирковидні, з рідкими зубцями або й зовсім без зубців (цілокраї). Квітки одиночні, чашечка глибоко п'ятирозсічена. Плоди — кулясті або яйцевидні коробочки. Цвіте рослина напровесні.

Бульби цикламену, що мають вигляд здавленого балабуха з дрібними корінцями внизу, збирають восени й

тримають, як, скажімо, хрін або моркву, в погребі, щоб для лікування користуватися свіжим соком з них.

Крім інших хімічних речовин, кореневище цикламену містить у собі багато сапонінів, його вважають **отруйним** для людей, риб і багатьох інших видів тварин, за винятком свиней, і тому ліки з кореневища цієї рослини можна застосовувати лише як зовнішній засіб.



Мал. 116. Цикламен європейський.

У науковій медицині цикламен не застосовують.

У гомеопатії приготовляють есенцію з свіжих кореневищ з коренями цієї рослини.

У народі визнають активність свіжого соку з кореневища цієї рослини й застосовують його як сильний зовнішній засіб проти геморойних шишок та ревматичних опухів. В обох цих випадках до хворих місць прикладають свіжі натерті жмаки з кореневища цикламену. Цей сік, розведений у відношенні 1 : 10, застосовують також при жіночих хворобах (при білях), а при укусі гадюки його застосовують нерозведеним.

Дуже ефективний свіжий сік з кореневища цієї рослини при лікуванні головного болю простудного походження або як наслідку запалення придаткових порожнин носа (фронтитів і гайморитів). Лікування полягає в одночасному введенні цього соку піпеткою в ніздрі по дві краплі (не більше). Краще, якщо під наглядом лікаря.

Після введення соку в ніздрі через 5 хвилин звичайно настає сильна реакція: хворий починає чхати, кашляти, почуваючи при цьому сильний жар у тілі, так що аж виступає піт на обличчі й на всьому тілі. Цю реакцію треба спокійно перенести, лежачи горілиць у постелі (на почат-

ку сеансу) і зав'язавши голову. Потім з ніздрів починає виділятися густий жовтуватий гній протягом доби, а іноді й швидше. Після всього цього хворий міцно засинає на добу й прокидається з добрим самопочуттям.

№ 195. Цикорій дикий, або звичайний, петрові батоги, городня волошка, серпівник (Cichorium intybus); з лікувальною метою використовують коріння, зрідка листя цієї рослини.

Мал. 117. Цикорій дикий.

Дикий цикорій (мал. 117) — багаторічна рослина з родин складноцвітих Поширений майже по всій території помірної й теплої смуг

Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, як бур'ян, що росте по краях біля канав, по засмічених місцях, рідше по краях узлісь або біля посівів.

Це досить висока рослина (людині по пояс, а іноді й вища), з прикореневими довгастими листками, виїмчасто-пірчасто-надрізаними, як у кульбаби. Стебло голе, шорстке, на ньому рідко насаджені пучками квітки (по дві), досить великі, розкриті, на коротких квітконіжках, яскравого синього кольору.

Цикорій вирощують у досить значній кількості, з нього добувають так звану цикорну каву, його застосовують у кондитерській і спиртовій промисловості.

У науковій медицині цикорій не застосовують.

У народній медицині препарати з цикорію застосовують досить широко. Для регулювання функціональної діяльності шлунку, особливо для ліквідації диспепсії та для підняття апетиту це найрадикальніший і до того ж дуже смачний засіб, якщо його приготувати, як каву, або поєднати зі злаковою кавою (досвід автора).

Відвар і настойку з цикорію успішно вживають при розладах функціональної діяльності шлунка, особливо при болях у ньому від запалення, при хворобах печінки (цироз і збільшення її), при збільшенні селезінки, при іпохондрії та істерії, при будь-якій ломоті й зубному болі (як заспокійливий і зміцнювальний засіб), при різних хворобах нирок і селезінки, як очисний і зміцнювальний засіб.

Препарати з цикорію особливо допомагають як зміцнювальний засіб при загальній слабкості й занепаді сил та при посиленому (хворобливому) потінні.

Як засіб, що поліпшує обмін речовин в організмі, цикорій корисний і для боротьби з масовими шкірними хворобами, чиряками, наприклад.

Внутрішнє вживання настойки, відвару або чаю з цієї рослини допомагає хворим на діабет, які страждають від сечовиснаження.

Зовнішньо препарати з цикорію застосовують при перевтомі (натирання спиртовою настойкою), при виразках або застарілих ранах (обмивання їх відваром), при екземах та від струпів при них, при опухах залоз (компреси), при болях у животі, від запалень у шлунку й кишках (компрес на хворе місце з свіжого листя або відвару).

Бажано, щоб наука дослідила цикорій як лікарський засіб.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, 5—6 раз на день або без дозування, як чай.

Настойка: 20,0; по 20—25 крапель, п'ять раз на день або як розтирання.

Цинготна трава (Cochlearia arctica)—див. *Кохлеарія.*

№ 196. Цитварний полин, або сантоніновий полин, дармін, цитварне сім'я (Artemisia cina); з лікувальною метою використовують квіткові кошики цієї рослини.

Цитварний полин — це напівкущова рослина з родини складноцвітих. Росте лише в Радянському Союзі (в Середній Азії). Великі зарості цього полину є в степах Туркестану, де киргизи збирають його нерозпуклі суцвіття в липні — серпні, сушать їх і продають для лікувальної мети під назвою цитварне сім'я.

Наводимо короткий ботанічний опис цитварного полину.

Від кореневища цієї рослини йде довгий корінь з багатьма бруньками на ньому; з бруньок виростають угору наземні стебла, які внизу дерев'яніють і пускають від себе дрібні бруньки, а вгорі залишаються трав'янистими, спочатку волохатими, потім гладенькими. Стебла, а їх буває 8—30, слабкооблиствлені, гіллясті, заввишки до 70 *см.*

Листки в цитварного полину двічі пірчасторозсічені, з вузькими товстуватими частками; вгору розсічення спрощуються, і самі верхні листки — на гілках при кошиках квіток. Кошики дрібні, довгасті, з лускатою сіро- і жовто-бурою черепичастою обгорткою, гладенькою й блискучою, покритою золотисто-жовтими смоляними бородавочками-залозками, які виділяють ефірну олію й смолу. Квітки трубчасті, жовтуваті, утворюють дрібні кошики, зібрані у волоть. Сім'янки голі, сірі, маленькі.

Цитварний полин містить у собі дуже цінну гірку речовину — сантонін, що виявляє дуже ефективну дію проти круглих глистів, але на аскарид, гостриків, а також на солітера ця речовина діє слабко. Крім сантоніну, квіткові кошики, особливо нерозпуклі, та листя цієї рослини містять у собі ефірну олію, смоли та інші цінні лікарські речовини.

Вживати ліки з цитварного полину треба під наглядом лікаря, тому що ця рослина **отруйна.** Якщо доведеться вживати ці ліки в долікарський період, то треба дуже обережно дозувати їх: дорослим по 5—6 *г,* або по чайній ложечці на один раз, а дітям — відповідно до їхнього віку, по 0,25 *г* на один рік життя, так що чотирирічним або п'ятирічним дітям можна давати тільки по 1 *г,* не більше.

Порошок з висушених квіткових кошиків цитварного полину можна давати в суміші з варенням, цукром і

медом. Ліки з цитварного полину вживають так само, як і інші протиглистяні засоби: на ніч вживають проносний засіб, вранці, натщесерце — цитварне сім'я в порошку або у вигляді приготовлених балабухів чи таблеток сантоніну, які продають в аптеках. Вживати за три рази протягом дня, а не зразу всю призначену дозу. Через дві години після цього вжити сольовий проносний засіб, після випорожнення можна снідати.

Цмин білий (Antennaria dioica) — див. *Котячі лапки (білі)*.

Мал. 118. Цмин пісковий.

№ 197. Цмин пісковий, цмин, котячі лапки жовті, польові овечки, мороз-трава, нечуй-вітер, сухоцвіт (Helichrysum arenarium); з лікувальною метою використовують цвіт і траву цієї рослини.

Є ще один вид цмину, який мало чим відрізняється від першого і застосовується для лікування подібно до цього першого: це котячі лапки білі, які іноді називають овечими лапками (Antennaria dioica); але про цю рослину докладно сказано вище, за алфавітом.

Пісковий цмин (мал. 118), який найбільше застосовують у медицині — це багаторічна трав'яниста рослина з родини складноцвітих. Поширений у середній та південній смугах Європейської частини Радянського Союзу, зокрема й на Україні, на Кавказі, в Західному Сибіру, а також і в Середній Європі. Росте переважно на піщаних грунтах, на сухих лісових галявинах, перелісках, пагорбах, на межах, на перелозі та на піщаних і кам'янистих схилах.

Стебла у піскового цмину з листками, повстисті, заввишки 15—30 *см,* прямі. Листки плоскі, прикореневі — довгасто-обернено-яйцевидні, тупуваті, верхні — пристеблеві, гострі. Квітки з листочками-обгортками, яскраво-жовті або лимонно-жовті, рідко коли оранжеві або цеглистого кольору, зібрані вгорі в одній густій щитковидній волоті.

Цвіте пісковий цмин з червня по жовтень. Запах у рослини своєрідний. Збирають з рослини суцвіття-кошики в перші два тижні цвітіння. Сушити їх треба якомога довше. Трава містить у собі гіркі й дубильні речовини, ефірну олію та стеаринові сполуки (жовчогінні засоби).

Фармакологічні властивості піскового цмину, відповідно до народної й науково-медичної лікувальної прак-

тики, загалом такі: рослина містить у собі лікарські речовини, які є жовчогінним і гаким, що дезинфікує жовчні протоки й сечоводи та регулює функціональну діяльність шлунка, кровоспинним, в'яжучим і частково сечогінним засобом.

З лікувальною метою траву піскового цмину, а здебільшого його квітки, застосовують досить широко, завдяки його жовчогінній та жовчовидільній властивості. Цю рослину з успіхом застосовують для лікування багатьох хвороб жовчного міхура, печінки та нирок, а особливо для лікування жовтяниці.

Гірка дубильна речовина, що міститься в рослині, корисна при всіх хворобах шлунково-кишкового тракту.

За даними сучасної медичної літератури, екстракт піскового цмину (15,0) дає кращий лікувальний ефект, ніж відвар, а відвар (10,0—200,0) — кращий за настій; настойки ж (тинктури) зараз не застосовують.

Корисно, особливо при хворобах печінки, вживати ліки з піскового цмину у вигляді сухого екстракту (є в аптеках) або, замість нього, потерті на порошок квітки рослини (у тій же самій дозі).

Відвар квіток піскового цмину як дезинфікуючий засіб застосовують у народі для промивання вагіни при білях.

В дезинсекційній силі рослини не можна сумніватися, недарма ж у побуті це добрий замінник нафталіну, проти молі.

Оздоровлюючe діє ця рослина й при хворобах сечового міхура.

Пісковий цмин не отруйний для людини.

Способи застосування. *Відвар:* 16,0—360,0, або одна столова ложка на дві склянки води (залити холодною водою й кип'ятити); вживати по чверті або по півсклянки, а якщо відвар згущений, то по одній столовій ложці, три рази на день.

Екстракти: рідкий — по 30—40 крапель, три рази на день; сухий (або порошок, що замінює собою сухий екстракт) — по 1,0 *г,* або по одному малому дрібку, три рази на день.

Суміш жовчогінних ліків:

піскового цмину — 4 частини,

конюшини — 3 частини,

листя м'яти — 2 частини,
плодів коріандру — 2 частини.

Ліків цього складу беруть одну столову ложку, обливають склянкою окропу, кип'ятять протягом 10 хвилин і вживають по півсклянки, три рази на день, за півгодини до їди.

Чабер (Thymus serpyllum) — див. *Чебрець боровий.*

№ 198. Часник (Allium sativum); з лікувальною метою використовують головки (цибулини).

Це всім відома городня рослина, кухонна приправа. Як лікарський засіб, часник знають у народі ще з глибокої давнини.

Останнім часом його визнала й наукова медицина. В аптеках є спиртова настойка і спиртова витяжка з часнику, які називаються алілчеп, алілсап і алілгліцер. Тепер наука старанно вивчає фітонцидні властивості часнику.

Завдяки тому, що до складу часнику входить багато корисних лікарських речовин, він є антибіотиком, антисептичним і антипаразитним засобом. Часник підвищує апетит, регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту, він є протигнійним, сечогінним, глистогінним і навіть серцевим засобом.

Препарати з часнику вживають у медицині для підвищення функціональної діяльності шлунково-кишкового тракту, при атонії шлунка і кишок, при диспепсії й запаленні сліпої кишки, при хворобах дихальних шляхів, особливо при гнійному запаленні легень, та при астмі, а також при гіпертонії для врегулювання діяльності серця. Крім того, часник вживають при водянці та при артеріосклерозі.

Протипоказаний часник лише при запаленні нирок.

Останнім часом встановлено що часник має антибактеріальні властивості, в ньому виявлено також фітонциди. Завдяки цьому часник набув ще ширшого застосування не тільки в народі, але і в науковій медицині.

Зовнішньо часник застосовують при грипі, ангіні, трихомонадних запаленнях жіночих статевих органів, при вушних бактеріальних захворюваннях з гноєтечею та в інших випадках мікробного зараження й гниття. Часник ефективно діє також і проти амебної дизентерії і навіть проти холери (в Індії).

Всередину часник вживають також як сечогінний засіб майже при всіх хворобах сечового міхура й нирок,

як протигнильний, протицинготний і протималярійний засіб, від набряку ніг та при збільшенні селезінки.

Часник чудово може замінювати собою гірчичник у тих випадках, коли потрібне витягування (при хворобах голови й грудей та при всяких внутрішніх запаленнях). Для промивання або тампону його застосовують при грипі, ангіні та від глистів, причому, не тільки як зовнішній засіб, але й вживають всередину у вигляді відвару або настойки.

Мазь або сік з часнику застосовують від вошей і гнид, від бородавок і мозолів, від укусів гадюк і скорпіонів та при застарілих виразках, що гниють (вживають настій часнику на оцті або сік з оцтом).

У народі часник шанують, як такий, що завжди є напохваті, як простий і разом з тим у багатьох випадках радикальний засіб, часто ефективніший (у вигляді соку), ніж спеціальні препарати з нього, які до того ж не завжди можна дістати. Неприємно тільки, якщо після вживання часнику в побуті з рота довго чується різкий запах його. Але цього запаху легко можна позбутися, якщо після вживання часнику трохи пожувати свіжий корінь петрушки, цієї городньої пряноовочевої рослини, або лепеховий корінь, хоч би й сухий.

Способи застосування. Аптечні: 1) *настойка на спирті:* 15,0 або 30,0; вживати по 15 крапель, три рази на день;

2) *витяжка аллілсат;* по 10—15 крапель (на молоці), 2—3 рази на день.

Народні: 1) *настойка на горілці:* 10 головок дрібно порізаного часнику на одну пляшку або на літр горілки; настоювати протягом 8 днів у теплому місці; вживати по пів чайної ложечки, три рази на день;

2) *свіжий сік* у таких самих кількостях може замінити все вищезазначене;

3) *густа мазь* (її застосовують здебільшого від бородавок): товчений часник змішати пополам з свинячим салом;

4) *мазь на оцті* (рідка): одна частина товченого часнику на 4 частини оцту;

5) *для глистогінної клізми:* дві головки товченого часнику на одну склянку молока, що тільки що з-під корови; настоювати протягом кількох (чотирьох—шести) годин;

6) *тампони* у вагіну з свіжонатертої кашки часнику. Беруть клаптик марлі розміром 10 × 10 *см,* кладуть у нього кашку, зав'язують, вводять у вагіну й тримають протягом 3—4 годин на день, а іноді й довше.

№ 199. Чебрець боровий, чабер, материнка, мала материнка, боровий чепчик (Thymus serpyllum); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Боровий чебрець (мал. 119) — трав'яниста або напівкущова повзуча рослина з родини губоцвітих. Поширений по всій території Радянського Союзу, в тому числі й на Україні, в Сибіру та на Кавказі.

Мал. 119. Чебрець боровий.

Стебла в цієї рослини бурі, тонкі, повзучі, місцями закріплюються в грунт, квітучі, висхідні. Листки супротивні, частіше еліптичної форми, дробні, розміром до 15 *мм* завдовжки і 7 *мм* завширшки; мають ароматний запах, який посилюється при розтиранні, й гіркува-

тий смак. Квітки фіолетово-червоні, зібрані по кілька в пухкі головчасті суцвіття. Цвіте рослина з травня до вересня. Збирають боровий чебрець у червні — липні.

Трава цієї рослини, крім дубильних і гірких речовин, містить у собі й ефірну олію.

У науковій медицині цю рослину застосовують більше при ароматичних ваннах, а також і внутрішньо — у вигляді екстракту, як відхаркувальний та болетамувальний засіб (при кашлі — дітям, при радикулітах та при інших нервових хворобах); входить вона також до складу спеціального препарату від кашлю — пертусину.

У народній медицині боровий чебрець має значно ширше застосування: як болетамувальний засіб при радикулітах і невритах, але застосовують його і всередину і зовнішньо. Застосовують його так: всередину вживають відвар 15,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день, а зовнішньо прикладають теплі жмаки на хворе місце. Зовнішньо можна застосовувати й настойку або екстракт, звичайно, розведені у відношенні 1:10, як примочку.

Крім того, цю рослину застосовують у народі і як сечогінний, потогінний і протигнильний (знезаражуючий) засіб, який особливо ефективно діє, якщо його поєднати наполовину з кмином (див. № 72), а також як відхаркувальний, болетамувальний і заспокійливий засіб при коклюші.

При коклюші застосовують той же самий відвар і в тій же самій дозі, що й при інших хворобах, але краще, якщо у вигляді народного екстракту, коли відвар борового чебрецю, змішаний з відваром кореня лікарської рожі (10,0—200,0), випаровують до половини і, додавши чистого меду — одну—дві чайні ложечки на склянку, дають хворій дитині по одній чайній ложечці, три рази на день.

Боровий чебрець має властивість тамувати біль, очевидно, завдяки тому, що в ньому є ефірна олія. Тому препарати з цієї рослини застосовують при всяких болях у животі (в шлунку й кишечнику). При всякій ломоті, особливо ревматичній, вживання цих ліків замінює собою втирання мурашиного спирту, якщо ліки з борового чебрецю застосовують у вигляді настойки, при ниркових хворобах і навіть при невралгії.

Ця лікарська рослина виявляє й зміцнювальну дію на організм, особливо при посиленій розумовій праці, при

безсонні й цинзі (вживати у вигляді відвару, екстракту й настойки). Цю рослину застосовують і для боротьби з алкоголізмом, для чого застосовують ліки такого складу: 4 частини борового чебрецю, одна частина полину і одна частина золототисячника. Вживають ці ліки по одній столовій ложці, три рази на день; строк лікування — два—три місяці.

Зовнішньо, як знезаражуючий і болетамувальний засіб, боровий чебрець корисний при ранах — простих і злоякісних (як примочка) і навіть як дезинфікуючий засіб, який застосовують для обкурювання корівників після отелу й навіть житлових приміщень.

Люди вже давно помітили, що боровий чебрець знезаражує повітря біля покійників, і тому народна мудрість встановила добрий звичай класти цю траву на дно труни й наповнювати нею подушку покійника.

У народі боровий чебрець застосовують і для лікування дітей як заспокійливий засіб, яким обкурюють дитину і таким чином допомагають їй від переляку, тобто заспокоюють її дитячі, чим-небудь зворушені нерви.

Ароматичні ванни з борового чебрецю в народі застосовують при хворобах, які спричинені порушенням обміну речовин. Ароматичні ванни з борового чебрецю особливо корисні при таких хворобах у дітей.

Способи застосування. *Відвар:* 15,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Екстракт народний: 10 *г* трави борового чебрецю на 90 *мл* окропу, або дві чайні ложечки трави на півсклянки окропу; випарувати до половини й давати по одній чайній ложечці за один раз (краще з медом), 3—4 рази на день.

Настойка: 10,0; по 15 крапель, три рази на день.

Ванни: 50 *г* трави на відро киплячої води.

№ 200. Чебрець звичайний, чепчик (Thymus vulgaris); з лікувальною метою використовують його листя.

Чебрець звичайний (мал. 120) — невелика напівкущова рослина з родини губоцвітих. Росте в дикому стані в північно-західній частині Середземноморської області, в Іспанії та на півдні Франції. Вирощують його в країнах Західної Європи та Північної Америки, а також і в нашій країні (в Криму).

Корінь у цієї рослини стрижневий, розгалужений. Стебло прямостояче або підведене (а не повзуче, як у борового чебрецю), в нижній частині здерев'яніле, дуже гіллясте, заввишки до 20—40 *см*.

Листки дрібні, до 0,8 *см* завдовжки, з короткими черешками, довгасто-ланцетовидні, сіруваті, усіяні з обох боків крапками, ефіроолійними залозками, густо опушені, дуже запашні (запах тимолу).

Краї листків у звичайного чебрецю дуже завернуті всередину, і саме по цьому цю рослину можна відрізнити від борового чебрецю, оскільки ці дві рослини дуже схожі одна на одну. Крім того, їх можна відрізнити одну від одної ще й за кольором віночків: у борового чебрецю вони фіолетово-червоні, а у звичайного чебрецю — лілувато-рожеві, а іноді й білі.

Мал. 120. Чебрець звичайний.

Квітки у звичайного чебрецю також дрібні й зібрані в такі ж самі суцвіття — кільця й напівкільця. Цвіте ця рослина в кінці серпня або на початку вересня, тоді й збирають її листя.

Хімічні властивості звичайного чебрецю достатньо вивчено.

Ця рослина містить у собі ефірну олію і багато тимолу, завдяки чому ліки з неї є сильним антисептичним засобом. Вживати звичайний чебрець корисно при

бронхіті та інших захворюваннях верхніх дихальних шляхів і особливо при коклюші (треба додавати рожі лікарської в рівній кількості).

У науковій медицині цю рослину застосовують у формі препарату пертусину, який виробляють з екстрактів звичайного чебрецю і борового чебрецю (доза його вживання: по одній столовій ложці, три рази на день, а для дітей — по пів або по повній чайній ложечці).

У народній лікувальній практиці звичайний чебрець застосовують майже нарівні з боровим чебрецем як протигнійний, потогінний, сечогінний, протисудомний і заспокійливий засіб: при коклюші, невралгії, судомі, спазмах шлунка та в інших випадках, коли потрібне заспокоєння та знеболювання.

Зовнішньо, у вигляді примочок і мазей, звичайний чебрець застосовують: при гострому ревматизмі, застарілих ранах або виразках та при різних хворобах шкіри. Ліки з звичайного чебрецю виявляють майже таку саму дію на організм, як і ліки з насіння кмину і кропу та з боровим чебрецем.

Способи застосування. *Відвар:* 15,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 10,0; по 15 крапель, три рази на день.

Мазь: одна частина порошку на 5 частин основи або одна частина настойки чи згущеного відвару на 4 частини основи.

№ 201. Чемериця біла, чемериця Лобеля, жовтава чемериця (Veratrum album); з лікувальною метою використовують її корінь.

Чемериця біла (мал. 121) — багаторічна трав'яниста рослина з родини лілійних. Поширена в багатьох місцях Радянського Союзу, в тому числі й на Україні — в Карпатах. Росте, як бур'ян, на вологих луках і болотах, біля берегів річок.

Стебло в білої чемериці прямостояче, досить товсте, циліндричне, заввишки до 100 *см* і вище, з довгасто-яйцевидними загостреними листками, що обхоплюють стебло, трохи схожими на листки конвалії, але тільки знизу покриті коротеньким пушком. Квітки зеленувато-білі, на коротких пухнастих квітконіжках, зібрані у великі верхівкові волотисті суцвіття, з китицями по боках. Плоди — багатонасінні бурі коробочки, які тріскаються по трьох стулках; насіння крилате. Кореневище товсте, м'ясисте.

Є й інші види чемериці, наприклад чорна чемериця (Veratum nigrum), схожа на білу чемерицю й відрізняється від неї тільки чорно-червоним кольором верхівки. У народі чорну чемерицю застосовують з тією ж самою лікувальною метою, що й білу чемерицю.

Як **дуже отруйну** рослину, чемерицю в науковій медицині не застосовують.

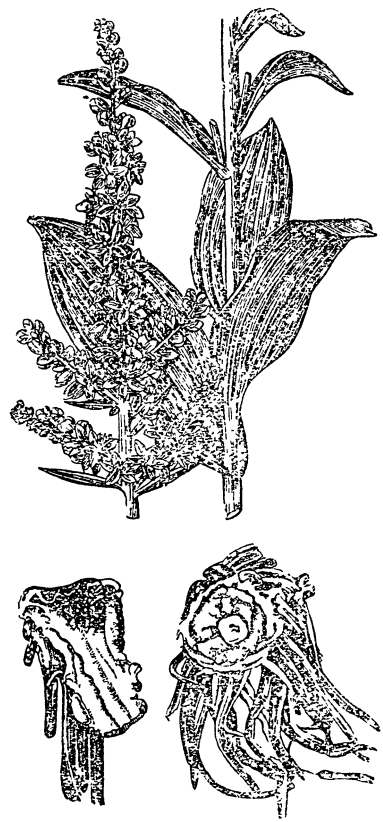
У ветеринарії ця рослина має широке застосування, як антипаразитний засіб проти вошей, бліх, волосоїдів та червів у ранах, а також для посилення травлення. Жуйним тваринам і свиням цю рослину дають як блювотний і протиревматичний засіб.

У побутовій народній практиці коріння чемериці застосовують як отруту від мишей.

Очевидно, за прикладом ветеринарії, народна медицина допускає застосування чемериці у вигляді відварів, настойок і мазей з неї як болетамувального засобу й для лікування людей при ревматизмі та невралгії.

Препарати з коріння чемериці застосовують також і як найрадикальніший антипаразитний засіб.

Порошок чемериці додають і до спеціальної мазі від корости, щоб ці ліки були ефективнішими.



Мал. 121. Чемериця біла.

Застосовувати ліки з чемериці людям рекомендується тільки як зовнішній засіб, та й то дуже обережно, краще під наглядом лікаря, тому що ця рослина **дуже отруйна:** порошок з її коріння спричинює сильне чхання, коли його товчуть і пилом з нього наповнюється повітря, стається різке подразнення слизових оболонок носа, очей і дихальних шляхів. Треба також суворо стежити за тим,

щоб руки були чисті після того, як довелося що-небудь робити з порошком, щоб часточки його не попали в очі або в ніздрі чи в рот.

Способи застосування. *Відвар:* 25,0—200,0. *Настойка:* 30,0.

Домашня настойка (не на спирті): одна частина подрібненого коріння чемериці на 120 частин горілки; настоювати протягом двох тижнів.

Мазь: одна частина настойки або згущеного відвару на 4 частини вазеліну.

Чепчик (Thymus vulgaris) — див. *Чебрець звичайний.*

Червоний перець (Capsicum annuum) — див. *Перець стручковий.*

Мал. 122. Череда трироздільна.

№ 202. Череда трироздільна, причепа, собачі реп'яхи, чорнобривець болотяний (Bidens tripartitus); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Череда трироздільна (мал. 122) — однорічна рослина з родини складноцвітих. Дуже поширена на території Радянського Союзу, зокрема й на Україні. Росте поодиноко або групами на берегах річок і струмків, на луках, при канавах і болотах та, як бур'ян, на городах.

Стебло в цієї рослини дуже гіллясте, високе, до 100 *см* заввишки, з рідкими волосками, часто червонувате, особливо в місцях гілкування. Гілки супротивні. Листки глибоко трироздільні. Квітки дрібні, зібрані в невеликі поодинокі кошики, сидять на кінцях стебла й гілок, трубчасті, жовтого кольору. Кожний кошик оточений дворядною дзвоникуватою обгорткою. Сім'янки малі, з двома зазубленими гачками, якими вони чіпляються людям за одяг або тваринам за шесть, тож недарма ця рослина має українські народні назви «причепа» і «собачі реп'яхи».

Цвіте ця рослина з липня по вересень. Збирають її під час цвітіння.

Ця рослина дуже популярна в народній лікувальній практиці завдяки своїй протизолотушній властивості.

Препарати з неї вживають всередину й застосовують як зовнішній засіб (купання у відварі).

Дехто з лікарів вважає цю рослину також і легким сечогінним і потогінним засобом.

Крім того, ліки з череди застосовують при шкірних хворобах, при рахіті, від ревматичного запалення суглобів (артритів) зі спотворенням, а також при подагрі.

Способи застосування. *Для внутрішнього вживання:* траву череди заварюють найчастіше, як чай, і п'ють без дозування.

Для зовнішнього застосування: 50 або 100 *г* на відро води.

Відвар: 4 столові ложки на 5 склянок окропу, настоювати цілу ніч. Вживати по півсклянки, 3—4 рази на день.

Чередник (Polygonum hydropiper) — див. *Гірчак перцевий.*

№ 203. Черемха (черемуха) звичайна (Padus racemosa); з лікувальною метою використовують її ягоди, цвіт, листя і кору.

Черемха звичайна — дерево родини розових, всім відоме своїм рясним пахучим цвітом. Поширена черемха в багатьох місцях Радянського Союзу, в тому числі й на Україні.

У народній медицині черемху цінять (її не заперечує й наукова медицина) за її ягоди, які вживають і в свіжому вигляді й у вигляді відвару, як в'яжучий нешкідливий засіб. Ці плоди містять у собі різні сахари, яблучну й лимонну кислоти, вітамін С (у незначній кількості) та дубильні речовини.

Завдяки дубильним речовинам, ягоди черемхи особливо добре діють як в'яжучий засіб при проносах та інших розладах функціональної діяльності шлунка й кишок (краще, якщо їх поєднувати з плодами чорниці).

Свіже листя й цвіт черемхи корисні для боротьби з комахами. Ось що пише про фітонцидну силу черемхи проф. Фріндален: «Речовини, що їх виділяє листя пахучої черемхи, протягом небагатьох хвилин смертельно уражає комарів, мошок, гедзів та кімнатних мух».

Квітки, листя й кора черемхи містять у собі глюкозид амігдалін, під час розпаду якого виділяється **дуже отруйна** для людини речовина — синильна кислота (Ред.).

У народній медицині застосовують настій квіток че-

ремхи на холодній воді протягом 8 годин як примочку для очей від запалення.

Препарати з кори черемхи раніше вживали для внутрішнього лікування, але, відповідно до найновіших даних наукового дослідження, вживати ці ліки всередину небезпечно для людини.

Способи застосування. *Відвар ягід:* 15,0—200,0; вживати по дві столові ложки, 3—4 рази на день.

Настій квіток (примочка для очей): одна чайна ложечка на склянку холодної води, настоювати протягом 8 годин.

Суміш ліків для шлунка: три частини ягід черемхи і дві частини ягід чорниці, все це подрібнити й змішати; одну столову ложку цієї суміші заварити на одну склянку окропу; вживати по дві столові ложки, 3—4 рази на день.

Мал. 123. Чина лучна.

№ 204. Чина лучна, горошок лучний, горошок жовтий, журавлині стручки (Lathyrus pratensis); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Чина лучна (мал. 123) — багаторічна трав'яниста рослина з родини бобових. В Радянському Союзі поширена по всій території Європейської частини, в тому числі й на Україні та на Кавказі. Росте на луках, у чагарниках та по узліссях мішаних і березових лісів.

Стебло в лучної чини завдовжки до 1 *м,* прямостояче, майже голе. Квітки жовті, губоцвіті, схожі на квітки акації, з великими яйцевидно-ланцетовидними прилистками. Листки з вусиками і однією парою ланцетовидних листочків. Цвіте рослина з червня по серпень.

Як лікарський засіб, чину застосовують, головним чином, у народі, хоч останнім часом її не заперечує і навіть визнає за лікарську рослину й наукова медицина. У Томському медичному інституті проводяться дослідження фармакологічних і клінічних властивостей її.

Ця рослина цінна, як м'якодіючий і до того ж приємний на смак і досить ефективний відхаркувальний засіб. Відвар з її трави вживають при гострих і хронічних

бронхітах, при абсцесі (наривах) в легенях та при запаленні цього органу (пневмонії). Після вживання цих ліків відмічається припинення болю в грудях та пом'якшення кашлю, легше виділення мокротиння (воно розріджується, кількість його збільшується).

Шкідливих побічних явищ при вживанні ліків з цієї рослини не буває.

Спосіб застосування. *Легкий відвар:* $^1/_{10}$ або $^1/_5$ частину чайної ложечки на склянку окропу; вживати по одній столовій ложці, через 2—3 години.

Чистець (Linaria vulgaris) — див. *Льонок звичайний.*

№ 205. Чистець байкальський (Stachys baicalensis); з лікувальною метою використовують його траву.

Чистець байкальський — багаторічна трав'яниста рослина. Поширений у Сибіру, в районі озера Байкал (тому так і називається цей вид чистецю). Росте по берегах річок і струмків, на болотистих луках та біля самих боліт.

Є дуже схожий на цю рослину інший вид — чистець болотяний (Stachys palustris), який має майже такі самі лікарські властивості, як і чистець байкальський.

А третій вид — чистець лісовий (Stachys silvatica) дуже відрізняється від перших двох видів тим, що не колючий, як вони, й не є лікарською рослиною.

Чистець застосовують у народній медицині, як ефективний засіб, що заспокійливо діє на центральну нервову систему й знижує тиск крові. Ліки з цієї рослини діють у два рази сильніше за ліки з собачої кропиви, відомої в науковій медицині.

Протягом останніх років у Томському медичному інституті цю рослину було досліджено й визнано добрим седативним і гіпотенсивним засобом.

Спосіб застосування. *Настойка:* 25,0; вживати по 20 крапель, три рази на день, перед їдою.

№ 206. Чистотіл звичайний, чистотіл великий, жовтило, жовтий молочай, бородавник та інші назви (Chelidonium majus); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Чистотіл (мал. 124) — багаторічна трав'яниста рослина, бур'ян з жовтими квітками та з стеблом, що виділяє, коли його переламати, своєрідний жовто-оранжевий молочний сік. Поширений у помірній і теплій смугах Північної півкулі (в Європі, Азії та Північній Африці), в тому числі й у багатьох місцях Радянського Союзу, зокрема на Україні. Росте біля жител, огорож і серед чагарників, а часто й

на високих берегах з пухким грунтом, а також, як бур'ян, на городах та в садах.

Листки в цієї рослини чергові, м'які, пірчасторозсічені, з яйцевидними або округлими частками Стебло заввишки до 70 *см*, дуже гіллясте, з рідкими волосками. Плід — довга, стручковидна двостулкова коробочка, в якій багато дрібного чорного насіння з гребінчастими відростками. Ці відростки насіння чистотілу є лакомою їжею для мурашок, завдяки чому ці комахи й розносять насіння цього бур'яну. Насіння ж мурашки викидають з своїх нірок неушкодженим, а лише з від'їденими відростками. Цвіте чистотіл з червня по вересень.

Мал. 124. Чистотіл звичайний.

Усі частини цієї рослини отруйні, тому ліки з неї треба суворо дозувати при внутрішньому вживанні їх, наприклад, при лікуванні хвороб печінки та жовчних шляхів (свіжий сік по одній краплі, три рази на день).

У народі препарати з чистотілу відомі більше як зовнішні засоби (що вони корисні, цього не заперечує й наука) проти всяких шкірних хвороб: бородавок, мозолів, лишаю, корости, раку шкіри і навіть проти вовчого лишаю і туберкульозу шкіри. Від цих хвороб у народі застосовують мазь або свіжий сік з трави чистотілу.

Наявністю в цій рослині каротину та вітаміну С пояснюється те, що ліки з неї ефективні навіть при лікуванні ними шкірного туберкульозу.

У відварі трави чистотілу звичайного люди купають дітей, хворих на шкірні хвороби та на золотуху. Раніше цей відвар застосовували й при жовтяниці та при подагрі.

В гомеопатії також використовують цю рослину.

Спосіб застосування. *Мазь.* Вона буває двох сортів: або з свіжого соку трави чистотілу з вазеліном у відношенні 1 : 4, або з порошку сухої трави цієї рослини, змішаного порівну з вазеліном, з додаванням

0,25%-ної карболової кислоти, щоб ця мазь не пліснявіла.

№ 207. Чорниця, борівка (Vaccinium myrtillus); з лікувальною метою використовують її ягоди й листя.

Чорниця (мал. 125) — невеличка кущова рослина з родини вересових (за іншими системами — з родини брусничних). Поширена в лісовій і лісостеповій зонах Радянського Союзу, переважно у вологих місцях і ближче до Півночі. На Україні зустрічається в Карпатах, Розточчі — Опіллі, на Поліссі та в Західному Лісостепу.

Стебло з чорниці заввишки до 40 *см,* покрите зеленувато-коричневою корою, гостроганисте, вічнозелене. Листки з обох боків світло-зелені, загострені, дрібнопилчасті, яйцевидні, на дуже коротких черешках, шкірясті, з сітчастими жилками знизу, на зиму опадають. Квітки поникли, в пазухах листків, на коротких ніжках, зеленувато-білого кольору з рожевим відтінком. Плоди — чорні, кулясті ягоди, звичайно покриті сизуватим нальотом, всередині пурпурові.

Цвіте чорниця в травні — червні. Ягоди для потреб лікування збирають, коли вони дозріють, тобто в липні — серпні. Їх треба швидко сушити при температурі 50—70°, краще, якщо в печі.

Мал. 125. Чорниця.

Чорниця — досить популярна рослина, добре відома своїми ягодами, які в народі вживають як в'яжучий і такий, що регулює функціональну діяльність шлунка та обмін речовин в організмі, а також як сечогінний і очисний засіб.

Ягоди чорниці містять у собі багато дубильних речовин, тому вони корисні як в'яжучий дієтичний засіб при гострих і хронічних розладах травлення (при простому проносі, дизентерії, катарах кишок та при зниженні кислотності шлунка) у вигляді відвару, а іноді й у вигляді киселю або компоту, особливо для дітей.

Свіжі ягоди чорниці діють іноді зовсім навпаки, тобто допомагають при хронічних запорах. Різну дію цих ягід можна пояснити властивістю чорниці регулювати функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту.

Відвар ягід чорниці корисний також при недокрів'ї, при нічному нетриманні сечі й навіть при піску й каменях у нирках, а якщо буває сильний біль при цій хворобі, то рекомендують додатково вдаватися й до зовнішнього лікування: робити ванни з відвару вівсяної соломи й польового хвоща пополам (по 50 *г* на відро окропу). Добре, якщо до всього цього долучити ще й приємне лікування свіжими ягодами суниць (у літню пору).

Свіжі ягоди чорниці рекомендується вживати не тільки при хронічному запорі, але й при ревматизмі, подагрі та при порушенні обміну речовин.

Відвар з листя чорниці (60 *г* на літр окропу, вживати по дві столові ложки, три рази на день) діє на організм, подібно до інсуліну, дуже допомагає при сахарній хворобі (діабеті).

Ягоди чорниці застосовують також і як зовнішній засіб: клізми з їхнього відвару ставлять при геморойних кровотечах, примочку або мазь застосовують при різних шкірних хворобах, наприклад, при екземах, висипах, прищах, та при опіках, навіть зі змертвінням тканини на виразках. Для цього густо зварені ягоди (краще, якщо свіжі) товчуть, перетирають їх так, щоб вони перетворилися на щось, схоже на мазь, і накладають цю мазь товстим шаром на уражені місця. Міняти мазь треба щодня, змивати її слід чистою сироваткою з кислого молока.

Чорницю схвалила наукова медицина, тому, якщо вона не росте в даній місцевості (в південній), то ягоди її завжди можна дістати в аптеці.

Способи застосування. *Відвар ягід*: одну—дві чайні ложечки товчених ягід на одну склянку окропу; вживати по 2—3 столові ложки, три рази на день; можна пити і як чай, не дозуючи, краще, якщо з чистим бджолиним медом.

Настойка: 10,0; по 15—20 крапель, три рази на день.

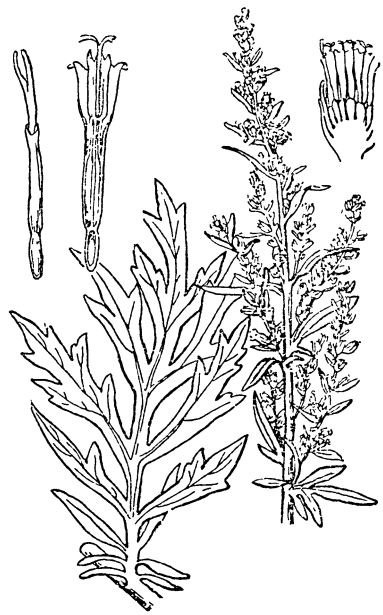
Порошок з цукром; по одній чайній ложечці, три рази на день.

№ 208. Чорнобил, чорнобиль, чорнобильник, нехворощ, забудьки, забудька, звичайний полин (Artemisia vulgaris); з лікувальною метою використовують траву й коріння цієї рослини.

Чорнобил (мал. 126), або звичайний полин (у перекладі з латинської назви) — це багаторічна рослина з родини складноцвітих. В Радянському Союзі, в тому числі й на Україні, чорнобил зустрічається

майже повсюди в лісовій смузі й трохи далі на південь. Росте в листяних лісах, на луках, узліссях, по берегах річок, на засмічених місцях, іноді в посівах.

Цей вид полину відрізняється від усім відомого гіркого полину своїм темно-червоним стеблом, заввишки до 150 *см,* та листками, також пірчасторозсіченими, як і в гіркого полину, але з загнутими донизу краями. Запах у чорнобилу не полиновий, а своєрідний, бальзамічний, смак гіркуватий. Листки з верхнього боку зелені, голі, а з нижнього — білоповстисті; нижні листки (відповідно до розміщення на стеблі) черешкові, а верхні й середні — сидячі, з вужчими частками. Квітки дрібні, зібрані в кошики, жовті або червонуваті, так само, як і в гіркого полину, у волотевидних суцвітях, але в довших і густіших, які чергуються з міжквітковими листками.



Мал. 126. Чорнобил.

Збирають здебільшого коріння, а листя рідше. З коріння чорнобилу використовують лише нездерев'янілі м'ясисті бокові частини, які відламують, миють і швидко сушать для лікувальної мети. Листя збирають під час цвітіння рослини — з липня до кінця літа, а коріння — восени.

Коріння й листя чорнобилу містять у собі, крім інших речовин, смолу й ефірну полинову олію з сильним запахом (цієї олії в листках більше, ніж у коренях).

У науковій медицині чорнобил не застосовують.

У народній медицині ця рослина має досить широке застосування. Коріння чорнобилу знають у народі як заспокійливий засіб, а листя його — як болетамувальний і як такий засіб, що регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту, а також і місячні. Листя цієї рослини, відповідно до народного досвіду, має більше цілющих властивостей, ніж її коріння.

У народі чорнобил застосовують: при водянці (витяжку з коріння), при судомі і навіть при епілепсії (відвар мочок коріння), а також при жіночих хворобах: при мізерній менструації (відвар трави) та білях з болями

(відвар коріння), після родів (для очищення) і часто як зміцнювальний засіб.

Як зміцнювальний засіб, коріння чорнобилу корисне при туберкульозі легень, коли його варять на білому вині протягом 10 хвилин (20,0—200,0), додаючи меду (не більше як одну—дві чайні ложечки) до відвару, який ще кипить. Пити по півсклянки і більше, натщесерце.

Треба зауважити, що при падучій хворобі та при інших випадках судоми й конвульсій відвар з коріння чорнобилу краще робити не на воді, а на пиві (30 *г* коріння на півлітра пива, кип'ятити протягом 5 хвилин). Цим же відваром виганяють глистів і спиняють тривалий пронос. Замість відвару іноді вживають порошок.

Способи застосування. *Відвар*: 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Порошок: по одній пучці (3 *г*), через годину.

Чорнобривець болотяний (Bidens tripartitus) — див. *Череда трироздільна.*

Чорногірка (Adonis vernalis) — див. *Горицвіт весняний.*

Чорноголовка (Sanguisorba officinalis) — див. *Родовик лікарський.*

№ 209. Чорнокорінь лікарський, собачий корінь (Cynoglossum officinale); з лікувальною метою використовують коріння й листя цієї рослини.

Чорнокорінь лікарський (мал. 127) — дворічна трав'яниста рослина з родини шорстколистих. Поширений у Європейській частині Радянського Союзу майже повсюди, в тому числі й на Україні, а крім того, на Кавказі, в Середній Азії, в Західному й Східному Сибіру. Росте в лісах, на луках та в горах, зустрічається, як бур'ян, і на городах та в посівах на полях.

Стебло в чорнокореня пряме, м'якопухнасте, вгорі гіллясте, заввишки до 100 *см*. Листки ланцетовидні, з сіруватим пушком, або повстю; нижні листки досить довгі, досягають 35 *см* завдовжки. Квітки темно-пурпурові, зрідка білі, зібрані в густі завійки на кінцях стебел Чашечка квітки п'ятизубчаста, з відгином, тичинок п'ять. Стовпчик один, зав'язь чотиригнізда. Плоди при дозріванні розпадаються на чотири приплющені, з гачкуватими шипами на поверхні горішки, у яких видаються краї.

Цвіте чорнокорінь у травні — червні. Листя збирають під час цвітіння рослини, коріння — восени.

Як лікарський засіб, ця рослина досить популярна й відома в народній медицині більше завдяки своєму кореневі, який вживають як заспокійливий і болетамувальний засіб при всякому болі й судомі, як відхаркувальний

засіб, навіть при кровохарканні, при простих і кривавих проносах, а також як протигнійний засіб при значних гнійних процесах.

Зовнішньо ліки з чорнокореня застосовують як примочку від всяких пухлин і навіть від зобу (во́ла), від опіків і запалення шкіри, а коли при укусах гадюк і скажених собак необхідно подати швидку допомогу, до прибуття лікаря, люди користувалися товченим корінням або листям цієї рослини.

Мал. 127. Чорнокорінь лікарський.

Деякі лікарі звертали на цю рослину увагу, і хоч останнім часом нею уже менше цікавляться, але що вона корисна, в цьому не треба сумніватися.

Миші не переносять запаху чорнокореня й тікають з приміщення, якщо туди занести цієї рослини. Матроси розповідають, що коли вони запасуться чорнокоренем на суші й розкладуть його по палубі та в каютах, то миші, не переносячи його запаху, кидаються з корабля у воду.

Ця рослина отруйна, худоба не їсть її, отже, треба дуже обережно вживати ліки з неї.

Способи застосування. *Відвар коріння або листя:* 5,0—200,0; вживати по пів чайної ложечки, три рази на день.

Настойка: 10,0; по 5—10 крапель, три рази на день.

Свіжий сік: так само.

Чорноягідник (Rhamnus cathartica) — див. *Жостір проносний.*

Чортополох (Onopordon acanthium) — див. *Татарник колючий.*

№ 210. Шавлія лікарська, шавлія аптечна (Salvia officinalis); з лікувальною метою використовують її траву.

Шавлія лікарська, або аптечна (мал. 128),— напівкущова рослина з родини губоцвітих. У дикому стані росте в сухих гористих місцях Західної Європи, головним чином по узбережжю Середземного моря. У нашій країні цю рослину вирощують як пряноші у садах та в городах, а також і як медоносну рослину.

Листя лікарської шавлії, яке має сильний запах і гіркувато-пряний терпкий смак, у висушеному вигляді застосовують для косметики та для медичних потреб.

Щоб не помилитися на цій рослині, наводимо короткий ботанічний опис її.

Лікарська шавлія являє собою багатостебловий кущ, заввишки 0,75 *м*. Стебла в цієї рослини гіллясті, дуже облиствлені, внизу здерев'янілі, а вгорі трав'янисті, за формою чотиригранні. Листки супротивні, черешкові, довгасто-яйцевидні, опушені, сірувато-зелені. Квітки синьо-фіолетові, рідше — світло-рожеві або білі, двогубі, зібрані в китицевидне суцвіття.

Мал. 128. Шавлія лікарська.

Цвіте рослина в червні — липні. Збирають листя з верхівками стебел під час цвітіння рослини. Висушене листя лікарської шавлії містить у собі смолу, дубильні речовини та ефірну олію, чим і зумовлюється терпкий смак і сильний запах його.

Відповідно до лікувального досвіду, цю рослину вважають у народі в'яжучим, відхаркувальним і таким, що регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту, а також сечогінним, вітрогінним, протигнильним і освіжаючим засобом.

У науковій медицині протягом останнього часу лікарську шавлію використовують дуже обмежено: застосовують лише листя з неї, та й то в небагатьох випадках — лише для полоскання горла і рота (особливо при зубному болі), у вигляді відвару, для освіжання (завдяки ефірній олії, що є в листках) та для зміцнення, адже в листках цієї рослини багато дубильної в'яжучої речовини.

У народній медицині лікарську шавлію використовують набагато ширше: як внутрішній засіб для врегулювання функціональної діяльності шлунка, зміцнення і, хоч і повільного, очищення його, для очищення легень від мокротиння і особливо при хронічному бронхіті та для оздоровлення печінки й нирок (при запаленні нир-

кових мисок і жовчного міхура) — у вигляді відвару, настою на вині або порошку. В останніх випадках для більшого ефекту додають порошку полину (на три частини шавлії одну частину полину).

Застосовують цю рослину і як загальнозміцнювальний засіб та від виснажливого потіння у хворих на туберкульоз.

Крім того, як в'яжучий засіб, препарати з лікарської шавлії корисні при запальних хворобах горла, при ангіні наприклад, у вигляді згущеного відвару і до того ж з молоком, при мізерності менструації та при цинзі.

Усе це випадки внутрішнього вживання ліків з цієї рослини.

Як зовнішні засоби, ліки з шавлії застосовують при ранах, що гнояться (у вигляді настойки), при плісняві — дитячій хворобі — у складі з оцтом, від свинки та від флюсу, для чого до листя, з якого роблять відвар, іноді додають стільки ж дубової кори, а потім підсолоджують відвар медом (на смак). Цим відваром, коли він ще теплий, часто виполіскують рот.

Способи застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

Настойка: 20,0; по 20 крапель, три рази на день.

Порошок: по одній пучці, або по 1—3 *г*, три рази на день.

Суміш ліків від пліснявки: одна частина оцту й три частини відвару шавлії; застосовувати як примочку.

Складний відвар від свинки: взяти порівну, по дві столові ложки шавлії, цвіту бузини й липового цвіту і по дві чайні ложечки перцевої м'яти й кропового насіння. Все це подрібнити, змішати й заварити на 10 склянок окропу. Над цим киплячим заваром парити голову, укутавшись ковдрою, протягом 15—30 хвилин, один раз на день.

№ 211. Шипшина звичайна, дика троянда, собача троянда (Rosa canina); з лікувальною метою використовують її плоди, квітки, листя й коріння.

Шипшина звичайна — найпопулярніший, найвідоміший з усіх видів шипшини або так званої дикої троянди. Ця рослина дуже поширена в середній і південній смугах Радянського Союзу, в тому числі й всюди на Україні, в Сибіру, в Середній Азії та на Далекому Сході, а також у зарубіжній Європі. Росте по сухих місцях, на узліссях, у розріджених лісах, між чагарниками, по краях доріг та біля огорож.

Це висока, негуста, гілляста кущова рослина з зігнутими дугою гілками. Кора в цієї рослини зелена або червоно-бура. Шипи рідкі, біля основи дуже широкі, серповидно загнуті. Квітки рожеві або блідо-рожеві, з непарнопірчастими листками. Плоди — довгасто-овальні, гладенькі, яскраво- або світло-червоні, схожі на ягоди, з волохатим насінням, яке коле, якщо його взяти у рот, або «кусається» за тіло, якщо попаде під одяг, скажімо, за комір.

Збирають плоди шипшини звичайної, коли вони повністю дозрівають, поки не настануть морози. Застосовують їх дуже широко і в науковій медицині, і в кондитерській промисловості, і в народній лікувальній практиці.

Шипшина містить у собі, крім дубильних речовин, багато вітамінів (С, А, B_2, К, Р — в плодах і вітамін Е — в насінні). Цю рослину цінять не тільки в народі, але й у науковій медицині.

Фармакологічні властивості шипшини такі: препарати з неї є в'яжучим, вітамінним, сечогінним, протизапальним і таким, що регулює функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту, засобом.

Завдяки тому, шо в шипшині багато цінних речовин, особливо вітамінів, ця рослина набула широкого застосування в науковій медицині, де з неї виробляють екстракти, сиропи й таблетки.

У кондитерському виробництві шипшину застосовують для виготовлення драже й конфет.

У науковій медицині дуже ціниться особливий препарат від запалення печінки й жовчного міхура (холециститу), який називається холосас.

У народній лікувальній практиці дуже широко вживають відвари, чай і навіть кисіль з шипшини при всіх тяжких захворюваннях: при скарлатині, тифі, запаленні нирок, при хворобах шлунка й кишок, при хворобі печінки, туберкульозі легень та при інших хворобах — як оздоровлюючий, зміцнювальний і як багатий на вітаміни засіб.

Лікувальне застосування препаратів з шипшини дає особливий ефект при хворобах сечового міхура й нирок (при каменях і піску), сильно знеболюючи й прискорюючи процес розсмоктування каменів. Для цього рекомендується вживати краще саму тільки шкірочку з плодів, висушену й настояну.

Крім всього цього, шипшину з успіхом застосовують при виразці шлунка й дванадцятипалої кишки (навіть при кровотечі), при катарі шлунка з дуже зниженою кис-

лотністю та при недокрів'ї й блідій немочі, або хлорозі (у дівчат).

Крім плодів шипшини, вживають і квітки її — для примочки при хворобах очей (100 *г* квіток на одну склянку води, варити протягом тривалого часу).

Відвари з листя вживають для зміцнення й заспокоєння розладнаного шлунка.

З коріння шипшини готують відвар від кам'яної хвороби та малярії.

В усіх вищезазначених випадках вживають легкий відвар шипшини, який готують так: плоди шипшини подрібнюють у ступці, заливають киплячою водою з розрахунку 5 *г*, або одна чайна ложечка, на півсклянки; кип'ятити протягом 7—10 хвилин. Після того, як відвар вихолоне, його треба процідити, а потім пити по півсклянки або по повній склянці, два рази на день, перед їдою.

Дітям треба давати по чверті або по півсклянки відвару за один раз. Щоб відвар був смачніший дітям, його треба підсолоджувати сиропом або цукром.

Такий відвар можна вживати і як вітамінний засіб, замість вітамінних чаїв № 1 і № 2, які є в аптеках і в яких плоди шипшини змішані з плодами смородини й горобини. Ці чаї потрібні в усіх тих випадках, коли відчувається недостача вітамінів в організмі: при хворобах очей (при авітамінозі А), при курячій сліпоті, затримці росту у дітей, хворобах печінки й нирок, при цинзі та при різних органічних кровотечах.

У народі шипшину часто вживають як сурогат чаю або кави і, звичайно, не помиляються, тому що він в усіх випадках корисний для організму людини і є не тільки лікарським засобом, але й цінним дієтичним продуктом.

Способи застосування. *Відвар плодів з насіннячком:* 40—50 насінин на 1 *л* окропу; вживати по півсклянки, три рази на день.

Листя заварюють, як чай, і п'ють, не дозуючи.

Коріння: дві столові ложки на одну склянку окропу; вживати по одній склянці, три рази на день.

Лікер з шипшини: одну склянку подрібнених плодів змішують з півтори склянкою цукру, заливають трьома склянками горілки й ставлять на п'ять днів на сонце; потім додають дві склянки горілки й ставлять ще на пять днів; тепер треба процідити й видавити; вживати після їди, по 15—20 *г*. Це смачні ліки замість відвару.

№ 212. Шипшина французька, або гальська (Rosa gallica); з лікувальною метою використовують її квітки і ягоди.

Французька, або гальська, шипшина (мал. 129) — це одна з різновидностей шипшини з усіма її основними фармакологічними властивостями Поширена вона на півдні Європейської частини Радянського Союзу, в Криму і на Кавказі; завезена з Франції (тому й називається так). Росте в розріджених листяних лісах, між чагарниками, на узліссях, по краях доріг, на відкритих схилах.

Мал. 129. Шипшина французька.

Це карликова кущова рослина 50 *см* заввишки, яка своїм зростом дуже відрізняється від звичайної шипшини (Rosa canina), хоч у простонародді її й називають шипшиною.

Ця рослина має підземне стебло, від якого відходять прямостоячі квітконосні стебла, зеленувато-бурого кольору, з багатьма дрібними, бурими, загнутими донизу, як кігті, шипами. Листки завдовжки 4,5—12,5 *см,* на верхніх гілках їх по три, а на нижніх — по п'ять — сім. Квітки дуже великі, одиночні, за кольором темно-червоні або рожеві (з жовтими нігтиками), віночок до 4,6 *см* у поперечнику. Плоди — неправильні, кулясті, червоні, тверді, з опадною чашечкою ягоди.

Як і в звичайної шипшини, в плодах і корінні цього виду шипшини багато дубильних речовин, і ліки з рослини можна застосовувати як в'яжучий засіб не тільки при простих проносах, але навіть і при дизентерії.

Рекомендується користуватися краще шипшиною, яку вирощують, так званою лікарською трояндою. З її пелюсток і плодів готують на півдні варення й цукати (обцукрені плоди, які замінюють собою цукерки), а в промисловості готують трояндовий мед. Пелюстки з квіток цієї шипшини вживають також від кашлю та при захворюванні легень.

Спосіб застосування. *Легкий відвар:* 1—3 *г,* або одна пучка, плодів (і квіток) у порошку на одну

склянку гарячої води; вживати по одній столовій ложці, три рази на день.

№ 213. Шоломниця байкальська (Scutellaria baicalensis); з лікувальною метою використовують кореневище цієї рослини.

Шоломниця байкальська (мал. 130) — багаторічна рослина з родини губоцвітих. Поширена у Східному Сибіру, біля Байкалу (тому й називається так), а також у Монголії, Китаї, Маньчжурії та в Японії. Росте на сухих кам'янистих або глинястих схилах, серед суходольної трав'янистої рослинності.

Кореневище в цієї рослини, яке використовують для лікувальної мети, довге, товсте, м'ясисте, округлої форми, покрите неправильними борозенками; смак його терпкий, гіркуватий. Стебла в цієї рослини прямі або висхідні, заввишки до 50 *см* від основи, гіллясті, злегка опушені. Листки цілокраї, ланцетовидні, гострокінцеві, по краю війчасті, сидячі або короткочерешкові, попарні. На нижній поверхні листків містяться чорні крапкові залозки. Квітки сині, з волохатими чашечками, зібрані в однобоку китицю. Плоди — дрібні, чорні, плоскі, округлі горішки з дрібними шипиками.

Мал. 130. Шоломниця байкальська.

Хімічні властивості байкальської шоломниці ще мало вивчено, але в Радянському Союзі цю рослину посилено досліджують у деяких медичних інститутах (у Томському, наприклад). Виявлено, що препарати з кореневища цієї рослини мають властивість заспокоювати нервову систему й знижувати кров'яний тиск. Ці ліки досить вдало застосовують в окремих випадках у лікарській практиці (до Державної фармакопеї СРСР цю рослину ще не введено).

У тібетській медицині байкальську шоломницю цілком і офіційно визнано за добрий серцевий засіб (про-

дається готовий препарат з цієї рослини, який називається хон-лен).

Ліки з байкальської шоломниці застосовують для лікування міокардиту (запалення серцевого м'яза), серцебиттів від підвищеного серцевого напруження, підвищеного тиску крові та інших подібних хворобливих явищ. Кореневище цієї рослини застосовують здебільшого у вигляді настойки (25,0; по 25 крапель, три рази на день, за півгодини до їди).

Є й інший вид шоломниці — звичайна шоломниця (Scutellaria galericulata). Це також лікарська рослина, яка мало чим відрізняється від байкальської шоломниці й дуже схожа на неї. Ця рослина поширена в Радянському Союзі майже повсюди, препарати з неї застосовують у народній лікувальній практиці й у всіх випадках кровотеч.

№ 214. Шолудивник болотяний, смиз болотяний, вовчки (Pedicularis palustris); з лікувальною метою використовують траву цієї рослини.

Це багаторічна рослина (мал. 131) з родини ранникових. Росте на вологих луках і по болотах на Україні, в Сибіру, в Монголії, по всій території зарубіжної Європи та в Північній Америці.

У болотяного шолудивника корінь товстий, стебло пряме, просте або гіллясте, червонувате, не пухнасте, тільки біля основи трохи волохате, заввишки 10—16 *см.* Листки чергові, пірчасторозсічені; приквітки схожі на листки; суцвіття у вигляді негустої китиці. Плоди — яйцевидні, дуже зігнуті коробочки, які випинаються з чашечки. Квітки пурпурово-рожеві.

Мал. 131. Шолудивник болотяний.

Не треба сплутувати болотяний шолудивник з чубатим шолудивником, у якого квітки блідожовті, а не пурпурово-рожеві, як у болотяного шолудивника. Обидва види шолудивника є отруйними рослинами.

Зовнішньо препарати з цієї рослини застосовують для знищення гнид і вошей (звідки й одна з назв цієї рослини).

Раніше в науковій медицині болотяний шолудивник

вживали й всередину (незважаючи на те, що ця рослина **отруйна**) при сильних менструаціях як кровоспинний засіб, а в інших випадках — як сечогінний засіб.

У тібетській медицині цю рослину застосовують і тепер.

У нашого народу цю рослину також визнають за кровоспинний і антипаразитний засіб. Останнє підтверджується й тим, що відваром цієї рослини обмивають і худобу від шкідливих комах.

У хімічному відношенні цю траву ще не вивчено, але доводиться визнати, що вона виявляє ефективну дію на організм.

Спосіб застосування: *Відвар:* 10,0—200,0, або дві чайні ложечки, подрібненої трави на склянку окропу; всередину вживати не більш, як по 0,2—0,5, тобто не більш як по 4—10 крапель, три рази на день.

Цей же відвар годиться й для зовнішнього застосування.

№ 215. Щавель кислий, або звичайний чи простий (Rumex acetosa); з лікувальною метою використовують його листя.

Щавель — багаторічна рослина з родини гречкових. З багатьох різновидностей його особливо популярні й відомі майже кожному простий, або кислий, щавель і кінський щавель.

Кислий щавель, який є городньою рослиною,— це харчовий продукт, і тому його всі добре знають. Він багатий на вітамін С (аскорбінова кислота) і вітамін А.

Як вітамінний засіб, цей щавель застосовують у науковій медицині.

У народній медицині його вважають корисним як зовнішній протигнильний засіб і застосовують при застарілих ранах і виразках, причому, свіже листя його в цьому випадку є ефективнішим, ніж відвар. Відвар з кислого щавлю корисний для полоскання при ангіні й цинзі або при простому розпушуванні ясен.

№ 216. Щавель кінський (Rumex confertus); з лікувальною метою використовують його коріння й насіння.

Кінський щавель відрізняється від кислого, або простого, щавлю перш за все смаком: він не кислий, а терпкий. Це не городній щавель, а дикий. Росте по заливних луках, на лісових галявинах, по берегах річок та озер.

Цей щавель набагато більший за кислий щавель (буває до півтора метра заввишки), має борознисте стебло з великими й широкими листками. Квітки дрібні, зеленуваті, зібрані у волотевидні суцвіття. Квітки швидко змінюються великим насінням, яке незабаром стає буро-червоним, і рослина через те мимоволі дуже впадає в очі.

У народі застосовують коріння й насіння цього щавлю.

Коріння має терпкий смак, схожий на смак кореня ревеню. Крім дубильних речовин, ефірної олії та різних органічних кислот, у ньому є ще й вітамін К, який діє, звичайно, як засіб, що нормалізує здатність крові зсідатися.

Як в'яжучий засіб від проносу, здебільшого вживають насіння кінського щавлю у вигляді порошку, в кількості від 0,5 до 2 *г,* а коріння — як проносний засіб — у кількості від 2 до 5 *г,* або від пів чайної ложечки до повної чайної ложечки, у вигляді відвару.

Можна вживати й коріння цієї рослини у вигляді порошку, в кількості 0,25 *г,* три рази на день — від проносу, а як проносний засіб — по 0,5 *г* наніч.

Спосіб застосування. *Відвар коріння або насіння:* 20,0—200,0; вживати по одній столовій ложці, три рази на день (від проносу).

Щемелина звичайна (Pulmonaria officinalis) — див. *Медунка лікарська.*

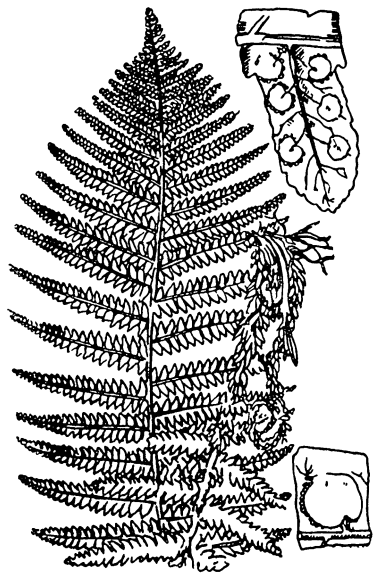
№ 217. Щитник чоловічий, папороть чоловіча, сорокозуб (Dryopteris filix mas або Aspidium filix mas); з лікувальною метою використовують корінь цієї рослини.

Щитник чоловічий (мал. 132) — багаторічна спорова, яка не має квіток, рослина з родини багатоніжкових. Росте в листяних лісах поміж чагарниками, а іноді й окремо на схилах гір. Дуже поширений по всій Північній півкулі.

Кореневище в цієї рослини товсте, косо висхідне, завдовжки 10—30 *см;* на нижньому боці велика кількість тоненьких корінців, на передньому кінці — пучок зелених листків. Все кореневище покрите залишками черешків (ніби лускою) від листків минулих років, що залишаються під землею протягом тривалого часу живими. Це характерна відмітна особливість цієї рослини.

Другою відмітною особливістю чоловічого щитника є те, що, крім загальних складних листків, великих, так званих пірчасторозсічених, на вигляд ніби щитоподібних, на нижньому боці у нього є схожі на тарілочки, прикриті ниркоподібними покривальцями, спороносні утвори. Загалом ці складні листки схожі на клини. Кореневище й залишки черешків ззовні бурі, а на зламі — світло-зелені. Якщо корені довго зберігати або зберігати в сирому місці, вони буріють і стають непридатними.

Хімічний вміст кореня чоловічого щитника добре вивчено в науковій медицині. Його вживають як активний засіб проти стьожкового глиста (солітера). Треба тільки не забувати, що він отруйний і для людини, якщо затримається в кишках і всмокчеться в кров. Тому після першого вживання його через одну—дві години, а якщо вважати після останньої порції, то через півгодини обов'язково дають проносний засіб (сіль: 30,0, але не рицинову олію, яка протипоказана, її можна вживати тільки через 5 годин після вживання чоловічого щитника).



Мал. 132. Щитник чоловічий.

Взагалі при вживанні екстракту кореня чоловічого щитника можуть бути побічні шкідливі явища, тому лікуватися ним треба під старанним наглядом лікаря.

Екстракт протипоказаний при декомпенсації (недостатності) серця, при хворобах печінки й нирок, виразковій хворобі шлунка й дванадцятипалої кишки, при гострих шлунково-кишкових і гарячкових захворюваннях, при вагітності, різкому виснаженні, недокрів'ї та при активному туберкульозі.

Корінь чоловічого щитника ефективний не тільки проти солітера, але й проти бичачих або свинячих ціп'яків і карликового ціп'яка (але не проти гостриків чи трихомонад).

Щоб удалося вигнати солітера, якщо лікування з якої-небудь причини проводиться без лікаря, треба дотримуватися таких процедур: за один—два дні до лікування призначають поживну, але таку, що легко засвоюється (рідку) їжу, бідну на жири (білий хліб, сухарі, який-небудь куліш, свіже й кисле молоко, кисломолоч-

ний сир, рідкі молочні каші, відварену свіжу рибу, киселі, каву, чай; дозволяється й цукор).

Напередодні лікування на вечерю п'ють лише солодкий чай або каву з сухарями; на ніч вживають проносну сіль (30,0): перед сном рекомендується з'їсти кусочок оселедця з цибулею. Вранці, натщесерце, готові або саморобні пілюлі екстракту чоловічого щитника вживають поступово, через 15—20 хвилин. Через 30 хвилин після вживання останньої порції ліків з цієї рослини хворому дають сольовий проносний засіб (30,0); якщо не буде випорожнення через 3 години, то ставлять теплу клізму. Якщо паразит вийде без головки (спостереження лікаря), то треба ще один—три рази поставити клізму.

У народі прийнято при позиві до випорожнення сідати на горщик з гарячим молоком (чверть посудини). Хворому треба натужитися.

Способи застосування. *Екстракт чоловічого щитника ефірний* — готовий препарат у кількості 5 *г*, поділений заздалегідь на 10 капсул, які треба вживати через кожні 5 хвилин, запиваючи водою або 1%-ним розчином соди.

Якщо нема готового препарату, його можна замінити *відваром кореня* (10,0—200,0), згущеним до половини, і вживати по одній чайній ложечці, тобто по 4—5 *мл*, з медом. Цю кількість відвару ділять на 10 порцій пілюль, які замішують борошном. Це для дорослих, а дітям цей відвар треба давати відповідно до того, скільки їм років.

Яличка (Equisetium arvense) — див. *Хвощ польовий.*

№ 218. Ялівець (яловець) звичайний (Juniperus communis); з лікувальною метою використовують ягоди, а іноді й молоді стебла цієї рослини.

Ялівець (мал 133) — хвойне вічнозелене дерево або кущова рослина з родини кипарисових, заввишки до 5 *м*. Поширений у соснових лісах майже по всій території Радянського Союзу, за винятком Далекого Сходу, в тому числі в лісовій та лісостеповій смугах України.

Листки у ялівцю голчасті, лінійно-шиловидні, колючі, сильно віддалені, розташовані кільцями по три штуки. Квітки у вигляді шишечок, дводомні. Плоди являють собою соковиті ягодоподібні, майже сидячі шишки, які дозрівають у чорні ягоди на другий після цвітіння рік.

Цвіте ялівець з червня по серпень Збирають ягоди ялівцю восени, в суху погоду. Звичайно ягоди не рвуть, а оббивають їх, тому що гілки колючі; сушать на горищі.

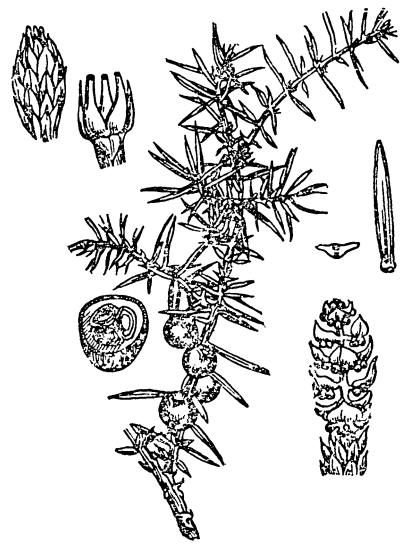
У науковій медицині найбільше застосування мають

плоди ялівцю і одержувані з них ялівцева олія, спирт і настойка як сечогінний ароматний засіб.

В гомеопатії виготовляють есенцію з свіжих зрілих плодів ялівцю.

В тібетській медицині, крім плодів, використовують і хвою цієї рослини.

У нашій народній медицині ялівець застосовують дуже широко, більш як у 20 випадках. Перш за все ягоди ялівцю як сечогінний засіб застосовують майже в усіх випадках захворювань сечового міхура й нирок (вони протипоказані лише при запаленні цих органів).



Мал. 133. Ялівець звичайний.

Як очисний засіб, ялівцеві ягоди допомагають при хворобах шлунка й печінки, при жовтяниці, водянці та при жіночих хворобах (від білей особливо).

Корисний ялівець і при золотусі. Частково як потогінний засіб ялівець вживають всередину й при гарячці.

Як зміцнювальний засіб, ялівець застосовують також і при цинзі (для полоскання).

Зовнішньо ялівець застосовують від мокрого лишаю, корости, висипів та інших шкірних хвороб. При ревматизмі й подагрі втирають як зовнішній болетамувальний засіб ялівцеву олію або настойку з неї чи приймають ароматичні ванни (не тільки з ягід, але й з молодих стебел).

У народі користуються ялівцем як дезинфікуючим засобом, обкурюючи заражене приміщення стеблами цієї рослини, які тліють на вуглинах, що горять.

У народному побуті, якщо нема ялівцевої олії, користуються свіжими або сушеними плодами ялівцю (роб-

лять відвар) і навіть хвоєю або молодими стеблами цієї рослини.

Способи застосування. *Відвари:* 1) для внутрішнього вживання: 15,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день;

2) для зовнішнього застосування: 50 *г* ягід і стебел на відро окропу.

Настойка: 15,0; по 10—15 крапель, три рази на день.

Свіжі ягоди жувати (при всіх хворобах, замість того, щоб пити відвар), починаючи з 4 ягодин, збільшувати кількість їх по одній до 13 ягодин і потім знову зменшувати кількість їх до 4 ягодин. Це найефективніший метод лікування.

№ 219. Ясен звичайний (Fraxinus excelsior); з лікувальною метою використовують його листя й кору.

Ясен — всім відоме дерево з родини оливових, поширене переважно в помірній смузі Північної півкулі, в тому числі й у Радянському Союзі й зокрема на Україні.

Листя й кору ясена використовують у народній медицині як протигарячковий засіб, а також від хронічного кашлю (молоді пагони для відвару), при вушних хворобах, а також як зовнішній засіб (свіжий сік з листя, який закапують у вухо, по дві краплі, вранці і ввечері).

Крім того, свіжу ясенову кору застосовують при свіжих порізах, щоб швидше загоїлася рана. Кору прикладають до рани соковитим боком. Для цього кору треба здирати не з дуже молодої і не з дуже старої гілки. Кору треба міняти по два—три рази на день.

Спосіб застосування. *Відвар:* 20,0—200,0; по одній столовій ложці, три рази на день.

Ясенець (Erythraea centaurium) — див. *Золототисячник.*

* *
*

Є речовини такі, як крейда, оцет і вугілля, які тісно пов'язані з траволікуванням і про які також треба сказати по кілька слів.

№ 220. Вугілля деревне (головним чином з липи).

Деревне вугілля, яке застосовують у народній медицині при траволікуванні й яке виробляють з липи,— це всім відома побутова речовина, достойна й уваги лікарів і наукового дослідження.

Застосовують деревне вугілля у вигляді порошку при жовтяниці й проносі у дітей, при слабкості й вітрах у шлунку у дорослих, від хвороб печінки та при туберкульозі легень і гортані (як зміцню-

вальний засіб), а також як присипку при наривах, що прорвали або гниють. Порошок завжди треба застосовувати свіжопотовченим.

Є в аптеках і спеціальний препарат з вугілля (комбінований), який називається карболен. Його застосовують особливо при отруєннях грибами, а також при захворюваннях шлунково-кишкового тракту з підвищеною кислотністю (коли кисла відрижка), бродінням і вітрами. Можна вживати й не комбіноване, але «активне» аптечне вугілля при отруєннях ковбасною отрутою, грибами і т. д., по 20—30 *г за* один раз, з водою; при кислотності й вітрах — по одній — дві таблетки, 3—4 рази на день, а просте, «домашнє» вугілля — по одній чайній ложечці, три рази на день.

Способи застосування. *Дітям при жовтяниці й проносі* просте вугілля треба давати по одній чайній ложечці, два рази на день і давати запивати водою.

При туберкульозі гортані вугілля застосовують так: треба починати з порції 0,5 *г*, або з кількості, яка вміститься на кінчику складаного ножика, й поступово збільшувати порцію протягом 10 днів до столової ложки і в такій самій кількості треба продовжувати вживати це вугілля протягом трьох тижнів. Добре, якщо з цим вугіллям вживати й лляну олію по одній столовій ложці, три рази на день.

№ 221. Крейда — карбонатна тонкозерниста гірська порода, всім відома в своєму побутовому застосуванні, але корисна і в лікувальному відношенні (з досвіду народної медицини) як допоміжний, зміцнювальний засіб (наприклад, при рахіті), який вживають всередину у вигляді порошку.

Зовнішньо крейду застосовують як протизапальний засіб, такий, що зменшує жар, якщо порошок накладають тонким шаром. Це дає особливий ефект при бешисі Застосовують крейду і у вигляді мазі (порошок з олією з конопляного сім'я) для розм'якшення мозолів та бородавок.

Вживати крейду всередину рекомендують лише у вигляді свіжого порошку, тобто такого, якого тільки що натовкли з куска крейди, до того ж не більше як по чайній ложечці на день. Крейду, але тільки хімічно очищену,— так званий карбонат кальцію, застосовують для вживання всередину при підвищеній кислотності й гастриті шлунка, а також у вигляді іншого препарату — антиверуцину як мазь або пасту від вульгарних бородавок на шкірі та у піхві.

№ 222. Оцет — всім відома кулінарна харчова речовина. Та мало хто знає, що в народній лікувальній практиці оцет тісно пов'язаний з траволікуванням, його часто й при багатьох хворобах вживають одночасно з ліками з трав — у суміші з ними всередину, а більше зовнішньо, іноді й зовсім окремо, як самостійні ліки.

Оцет застосовують при всяких спазмах, судомі, проти сонячного удару й правця, для профілактики (клізма: одна частина оцту на три частини води), проти апоплексичного удару (на дві склянки води одну склянку оцту і одну чайну ложечку солі, робити клізму через кожну годину, 3—4 рази), а також при спазмах і колітах у животі у вигляді компресу, причому для дорослих оцет і воду беруть порівну, а для дітей — одну частину оцту на три частини води. При астмі рекомендують обмивання або ванни для всього тіла цією оцтовою водою.

Оцтова вода (оцет, розведений водою у відношенні 1 : 2, 1 : 3, а іноді й 1 : 5) завжди потрібна для компресів, обгортань, обмивань і клізм: при головних болях, крупі, запаленні мозку (менінгіті), при відморожуванні, грижі, дифтерії, хронічному кашлі та від цинги, як профілактика.

Місцево (зовнішньо) оцет застосовують у таких випадках: при опухах колін, при паршах (входить до складу суміші), від забиттів, а також від корости, екземи та інших хронічних шкіряних хвороб, при виразках, при кровотечі з носа та при запаленні слизових оболонок.

Всередину оцет вживають при хворобах шлунка та при блюванні з запаленням, особливо у дітей, при хворобах легень з кровохарканням (треба розводити оцет у відношенні 1 : 12, вживати по одній столовій ложці, через дві години), при нервовій гарячці (так само, але через півгодини — годину) та при інших нервових хворобах, а також при отруєнні опіумом та блекотою.

Зовнішнє застосування оцту дуже підходить для дитячого віку.

Усе це застосовують не як зміну, а як додаток до основного лікування.

Спосіб застосування. *Суміш від паршів:* рідкої глини — одну склянку, оцту — одну столову ложку, настойки з арніки — пів чайної ложечки.

Додаток 1

СПИСОК ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН ЗА ДІЄЮ НА ОРГАНІЗМ

Рослини, препарати з яких є антиалкогольними засобами.

Копитняк (корінь), боровий чебрець (трава), кнік бенедиктинський (трава), золототисячник (трава).

Рослини, які містять у собі антибіотики (фітонциди).

Цибуля городня (сік з головки), часник (сік), липа (листя), евкаліпт (листя), черемха (свіжий цвіт і листя), береза (листя, бруньки й сік), іпекакуана, або блювотний корінь, подорожник великий (листя), редька (коренеплід), хрін (корінь).

Рослини, препарати з яких є антипаразитними (інсектицидними) засобами.

Чемериця (корінь), дудник (корінь), часник (сік), шолудивник болотяний (трава), прангос (корінь), зигаденус сибірський (трава), багно (трава), евкаліпт (олія), чистотіл (сік), пижмо (квітки), термопсис (трава), татарник (листя), омела (трава), петрушка (насіння), рутка (свіжий сік), сокирки (насіння), коронарія зозуляча (квітки), гірчак перцевий (трава), розхідник (листя), кріп (насіння), сосна (дьоготь з неї), анісове сім'я (з чемерицею).

Антисептичні рослини — див. **Рослини, які містять у собі дезинфікуючі (знезаражуючі) засоби.**

Рослини, що збуджують апетит (спричинюють виділення шлункового соку).

Цикорій (корінь), тирлич жовтий (корінь), тирлич хрещатий (корінь), кульбаба (корінь), полин (трава), часник (головка), редька (сік з вином), хрін (корінь), перець стручковий, бобівник (листя), алое (сік), лепеховий корінь, кнік бенедиктинський (трава), нечуйвітер волохатий (трава), оман (корінь), золототисячник (трава), кмин (насіння), мигдаль (плоди й олія), розмарин (вино з листя), глуха кропива (трава), хміль (цвіт і шишки), термопсис (трава), подорожник (трава), смородина (ягоди й листя), звіробій (трава), ялівець (ягоди), деревій (трава), рутка (трава), м'ята перцева (трава), спориш (трава), рута (трава), барбарис (кора й коріння).

Рослини, препарати з яких є блювотними засобами.

Блювотний корінь, братки садові (трава), бузина (корінь), полин (олія з насіння), ластовень (корінь), термопсис (трава), копитняк (корінь).

Рослини, препарати з яких є болетамувальними засобами.

Полин (трава), блекота (листя й насіння), беладонна (трава), дурман (листя й насіння), маковий цвіт (свіжий сік; внутрішньо), маковий сік — опій (свіжий сік з головки; зовнішньо), ромашка (трава), чемериця (корінь), чебрець боровий (трава), материнка (трава), женьшень (корінь), жовтозілля широколисте (корінь), м'ята перцева (трава), меліса (трава), тополя чорна (бруньки), бузок (бруньки), петрушка (коріння й листя), плаун булавовидний (трава й спори), бедринець (корінь), чебрець звичайний (листя), чорнобил (листя), чорнокорінь (листя), сон-трава лучна (трава; зовнішньо), селера (трава й корінь), сосна (бруньки й хвоя), синюха (корінь), миколайчики сині (трава), лаванда (трава), бадан (корінь), сухоцвіт (трава), чина лучна (трава), звіробій (трава), золототисячник (трава), дивина (цвіт), ялівець (олія з ягід), евкаліпт (листя), хміль (шишки), бадьян (насіння й корінь), агава (листя), смовдь (трава й корінь), первоцвіт (трава), перстач гусячі лапки (трава), родовик (корінь), гірчак перцевий (трава), іван-чай (листя), омела (трава), панцерія (трава), бузина чорна (свіже листя), дудник (корінь), розхідник (листя), капуста (листя; зовнішньо), коноплі (сім'я; зовнішньо), перстач прямостоячий (корінь), липовий цвіт, любисток (свіже листя; зовнішньо), льонок (трава), мигдаль гіркий (олія з плодів), оливова олія, переступень білий (корінь), лепеха (корінь), кріп (насіння), цикорій (корінь і листя).

Рослини, препарати з яких є відтяжними засобами.

Вовче лико (кора), гірчак почечуйний (свіжа трава), гірчиця сарептська (насіння), гірчак перцевий (свіже листя), перець стручковий, редька (сік з коренеплоду), хрін (корінь), часник, евкаліпт (листя).

Рослини, препарати з яких є відхаркувальними засобами.

Мильнянка (корінь; сильний засіб), медунка (трава), рожа лікарська (корінь), лаватера (корінь), евкаліпт (листя), оман (корінь), дудник лісовий (корінь), жовтушник сіруватий (трава й насіння), підбіл (трава), миколайчики сині (трава), синюха блакитна (трава й корінь), калачики лісові (корінь, листя й цвіт), рожа чорна (цвіт), лепеха (корінь), анісове насіння, первоцвіт (корінь і листя; сильні засоби), сон-трава, буркун жовтий (трава), купина (корінь), солодка гола (корінь), диня (сік), липовий цвіт, пирій (коріння), редька (сік з коренеплоду в льодяниках), хвощ польовий (трава), мигдальна олія, подорожник (листя), сосна (бруньки), гермопсис (трава), арніка (цвіт), кріп (насіння), фіалка запашна (трава), чина лучна (трава), шавлія (трава), буквиця (трава), льон (сім'я), рутка (трава), морська цибуля, материнка (трава), дивина скипетровидна (цвіт і насіння), копитняк (корінь у складі суміші), синяк (трава), росичка (трава), братки триколірні (трава), чебрець боровий (трава), кропива жалка (трава), глуха кропива (цвіт), кульбаба (корінь), корона-

рія зозуляча (трава), гречка звичайна (цвіт і листя), багно (трава), розхідник (листя), смовдь (трава й коріння), перстач прямостоячий (корінь), агава (листя), чорнокорінь (корінь), береза (листя й бруньки), любисток (корінь і листя), бедринець (корінь), блювотний корінь, лутига розлога (трава), мед (пити, як чай).

Рослини, препарати з яких є вітамінними й протицинготними засобами.

Цибуля городня (головка), первоцвіт (листя), шипшина (ягоди), горобина (ягоди), перець стручковий, хрін (корінь), смородина чорна (ягоди й бруньки), суниці (ягоди), петрушка (корінь), кульбаба (трава й корінь), ревінь (листя), кріп (насіння), береза (листя), барбарис (кора й корінь), хрін (корінь), липа (листя), кропива (трава), гарбуз (м'якуш), шавель кислий (трава), щавель кінський (корінь), деревій (трава), буряк (листя й коренеплід), селера (корінь), тополя чорна (бруньки), хвощ польовий (трава), хміль (шишки), кохлеарія, волоський горіх (листя), братки триколірні (трава), сосна (хвоя), гірчак перцевий (трава), звіробій (трава), бобівник (листя), чистотіл (свіжий сік, по одній краплі), ялівець (ягоди), красоля (цвіт і листя), родовик (трава), конюшина червона (трава), спориш (трава), верблюжа трава (молода), ласкавець (трава), нагідки (листя), ракові шийки (корінь), подорожник (свіже листя), сухоцвіт (трава), брусниця (ягоди), настурція (свіжий сік), шолудивник болотяний (трава), ламінарія цукриста (трава), жовтушник (трава й насіння), тирлич (корінь), дубова кора, морква (корінь).

Рослини, препарати з яких є вітрогінними засобами.

М'ята перцева (трава), ромашка (трава), кріп (насіння), петрушка (корінь і насіння), анісове насіння (олія), лепеха (корінь), овес (солома), рута (трава), кмин (насіння), льонок (трава), морква (насіння), шавлія (трава), дудник (корінь), сухоцвіт (трава), бадьян (насіння й корінь), валеріана (корінь), буквиця (трава), буркун (трава), любисток (корінь), полин (трава), меліса (трава), ялівець (ягоди), мигдаль (олія).

Рослини, які містять у собі в'яжучі засоби.

Ракові шийки (корінь), глуха кропива (сік), черемха (ягоди), бадан (корінь), гранатник (кора), вільха (шишки), живокіст (корінь), крушина ламка (ягоди), бузина чорна (ягоди й корінь), коронарія зозуляча (цвіт), грицики (трава), омела (трава), подорожник великий (листя й насіння), ревінь (корінь), шипшина французька (цвіт і плоди), евкаліпт (листя), осика (бруньки), мучниця (листя), шавлія (трава), полин (трава), лох (плоди), пижмо (цвіт), кохлеарія (трава), сухоцвіт драговинний (трава), перстач прямостоячий (корінь), прангос (корінь), гірчак перцевий (трава), нетреба (трава), багно (трава), золототисячник (трава), цмин пісковий (цвіт), перстач гусячі лапки (трава), волоський горіх (листя), деревій (трава), гірчак шорсткий (трава), барбарис (кора і ягоди), брусниця (листя), барвінок (трава), тополя чорна (бруньки), шипшина (ягоди), медунка (трава), буквиця (трава), нагідки (цвіт), чорниця (ягоди), дубова кора, терен (плоди), щавель кінський (насіння й корінь), ожина

(стебло й листя), горобина (ягоди), калина (кора), звіробій (трава), спориш (трава), суниці (ягоди), родовик (корінь), лепеха (корінь), верба козяча (кора).

Рослини, препарати з яких є глистогінними засобами.

Цитварне сім'я, щитник чоловічий (корінь), гарбуз (насіння), гранатник (кора), суниці (ягоди), пижмо (цвіт і насіння), диня (свіжий сік), часник, бобівник (листя), термопсис (трава), брусниця (ягоди й листя), алое (листя), бадьян (корінь), валеріана (корінь), верба козяча (кора), волоський горіх (листя), тирлич хрещатий (корінь), купина (корінь), цибуля городня (настій), любисток (трава й насіння), мед (пити з чаєм), морква (коренеплід), чорнобил (корінь), полин (трава; ставити клізми), береза (листя й бруньки), мильнянка (корінь).

Рослини, які містять у собі дезинфікуючі (знезаражуючі) засоби.

Сон-трава, евкаліпт (листя; сильний засіб), часник, родовик (корінь), бадан (листя й корінь), нагідки (цвіт), деревій (трава), береза (листя), ялівець (стебла), редька (коренеплід), чебрець боровий (трава), звіробій (трава; всередину), татарник (листя), цмин пісковий (цвіт), мучниця (трава), агава (листя), полин (трава), хвощ польовий (трава), сосна (бруньки, хвоя й дьоготь), медунка м'яка (трава), дудник (корінь), іпекакуана (корінь; всередину), петрушка (щоб перебити часниковий запах), м'ята перцева, лепеховий корінь і рута — для очищення рота, мучниця (листя), щавель (листя), волошка синя (цвіт).

Рослини, препарати з яких є жарознижувальними й потогінними засобами.

Липовий цвіт, малина (ягоди й квітки сушені), бузина (цвіт), смородина (листя й бруньки), агава і алое (листя; зовнішньо), овес (солома; зовнішньо), капуста (зовнішньо), суниці (трава), ожина (цвіт і листя; всередину й зовнішньо), материнка (трава), коронарія зозуляча (трава), кмин (насіння), татарник (трава), братки тricолірні (трава), чебрець боровий (трава), вільха (свіже листя), таволга (корінь), терен (молоді стебла), підбіл (листя й квітки), м'ята перцева (трава), верба козяча (кора), ромашка (трава), золототисячник (трава), петрушка (трава й коріння), волошка синя (цвіт), бадьян (корінь і насіння), анісове сім'я, льонок (трава), мелісова олія, мильнянка (корінь), череда (трава), смовдь (трава й корінь), чебрець звичайний (листя), деревій (трава), рутка (трава), пижмо (цвіт і насіння), ялівець (ягоди), нагідки (цвіт), ластовень (корінь), барбарис (кора й корінь), диня (сік), лопух (корінь), огірочник (цвіт і листя), соняшник (цвіт і листя), редька (коренеплід), арніка (цвіт), крейда (зовнішньо), оман (корінь), дудник (корінь).

Рослини, препарати з яких є жовчогінними засобами.

Цмин пісковий (цвіт), чистотіл (сік), кульбаба (молоде й свіже листя), мильнянка (корінь), ласкавець (трава), льонок (трава), волошка синя (цвіт), цикорій (корінь), ромашка (цвіт), полин (трава), ревінь (корінь), бобівник (листя), оман (корінь), дрік красильний

(трава), коронарія зозуляча (цвіт), настурція лікарська (свіжа трава), суниці лісові (трава), береза (листя й бруньки), нагідки (цвіт), м'ята перцева, кукурудза (коси), барбарис (кора й коріння).

Рослини, препарати з яких є засобами проти хвороб щитовидної залози.

Дрік красильний (трава), нетреба (трава), ламінарія цукриста (порошок), конвалія (цвіт).

Рослини, препарати з яких є заспокійливими засобами.

Чистець байкальський (трава), горицвіт (трава), м'ята перцева (трава), чебрець боровий (трава), материнка (трава), капуста кисла, женьшень (корінь), ромашка (трава), сон-трава, курай (плоди), анісове насіння, кмин (насіння), шоломниця байкальська (кореневище), меліса (трава), первоцвіт (трава й корінь), синюха (корінь), дрік красильний (трава), кукурудза (коси), глід (плоди й цвіт), панцерія (трава), жовтозілля (корінь), собача кропива (трава), дурман (листя й насіння), курячі очка (трава), арніка (цвіт), бадьян (корінь і насіння), сухоцвіт (трава), бедринець (корінь), блекота (насіння й листя), блошник (насіння), валеріана (корінь), гірчак перцевий (трава), перстач прямостоячий (корінь), беладонна (трава), лаванда (трава й цвіт), оман (корінь), жовтушник (трава й насіння), звіробій (трава), іван-чай (листя), любисток (корінь), мигдаль (олія з плодів), омела (трава), гірчак перцевий (трава), татарник (трава), чебрець звичайний (листя), соняшник (цвіт), розмарин (листя), полин (олія з насіння), росичка (трава), дудник (корінь), конвалія (цвіт), рута (трава), лаванда (трава), чорнобил (корінь), рутка лікарська (трава), цикорій (корінь), миколайчики сині (трава), синяк (трава), ламінарія (порошок), дивина скипетровидна (цвіт), суниці лісові (трава і ягоди), часник (головка), хміль (шишки), чистотіл (трава; зовнішньо), калина (кора), маковий цвіт, пижмо (цвіт), чорнокорінь лікарський (корінь).

Рослини, препарати з яких є збуджуючими засобами.

Термопсис (трава), татарник (листя), м'ята перцева (трава), собача кропива (трава), лепеха (корінь), кріп (насіння), гірчиця, хрін (корінь), бедринець (корінь), женьшень (корінь), лимонник (плоди), глід (плоди), цибуля городня (з капустою і квасом), тирлич жовтий (корінь), дудник (корінь), меліса (трава), ялівець (ягоди), мильнянка (корінь), очиток їдкий (трава), волоський горіх (листя), терен (цвіт), рута (трава), арніка (цвіт), золототисячник (трава), дуб (кава з жолудів).

Рослини, препарати з яких є зміцнювальними засобами.

Цикорій (корінь), рута (трава), м'ята перцева (трава), материнка (трава), горицвіт (трава), чебрець боровий (трава), женьшень (корінь), лимонник (настойка з плодів), дрік красильний (трава), капуста кисла (полоскання), дубова кора, кропива жалка (трава), лепеха (корінь), тирлич жовтий (корінь), тирлич хрещатий (корінь), собача кропива (трава), овес (крупи), алое (свіжий сік), беладонна (трава), береза (листя й бруньки), бузина чорна (ягоди й корені), волоський горіх (листя), лутига розлога (трава), коноплі (сім'я), дур-

ман (насіння й листя), підбіл (трава) кукурудза (коси), ялівець (ягоди), рутка лікарська (трава), розхідник (листя), живокіст (корінь), татарник (листя), шавлія (трава), бобівник (листя), дуб (кава з жолудів), татарник (трава), горицвіт (трава), хвощ польовий (трава), калачики лісові (трава), хміль (шишки), розмарин (листя), спориш (трава), таволга в'язолиста (трава й коріння), сосна (бруньки, хвоя і смола), чорнобил (трава й коріння), шипшина (ягоди), деревій (трава), кріп (насіння), щавель (листя), барвінок (трава), золототисячник (трава), маковий цвіт, суниці лісові (ягоди), мед (пити, як чай), меліса (ванни), череда (трава), курячі очка (трава), терен (плоди), калина (кора), хрін (корінь), вугілля (порошок).

Рослини, препарати з яких є знезаражуючими засобами — див.

Рослини, препарати з яких є дезинфікуючими засобами.

Рослини, препарати з яких знижують тиск крові.

Собача кропива (трава), сухоцвіт драговинний (трава), омела (трава), курай (плоди), глід колючий (ягоди), панцерія (трава), чистець байкальський (трава; сильний засіб), гречка звичайна (трава), рута запашна (трава), шоломниця байкальська (корінь).

Рослини, препарати з яких є кровоспинними й кровозсідними засобами.

Котячі лапки білі (трава), грицики (трава), хвощ польовий (трава), ракові шийки (трава), деревій (трава), іпекакуана (корінь), калина (кора), глуха кропива (сік), ожина (цвіт і листя), кропива жалка (листя), горобина (ягоди, коріння й сік), родовик (корінь), гірчак перцевий (трава), шолудивник болотяний (трава), омела (трава), звіробій (трава), спориш (трава), барбарис амурський (кора), дубова кора, женьшень (корінь), жовтозілля звичайне (корінь), жостір (ягоди), полин (трава), бадан (корінь), сосна (шишки), кукурудза (коси), коронарія зозуляча (цвіт), нечуй-вітер волохатий (трава й корінь), підмаренник (сік), живокіст (свіжий сік у ніздрі), ракові шийки (корінь), гірчак шорсткий (трава), верба козяча (кора), перстач прямостоячий (корінь), арніка (цвіт), цмин пісковий (цвіт), материнка (трава), лопух (корінь і свіже листя), переступень білий (корінь), гірчак почечуйний (трава), льонок (трава), вільха (кора й шишки), барвінок (трава), липовий цвіт (насіння), берізка (свіжа трава).

Рослини, препарати з яких є матковими лікарськими засобами (спричинюють скорочення мускулатури матки й спиняють кровотечі).

Гірчак перцевий (трава), смолянка липка (трава), грицики (трава), спориш (препарат авікулярен), барбарис амурський (кора), гвоздики польові (трава), глуха кропива (сік), перстач гусячі лапки (насіння), калина (кора), коронарія зозуляча (трава).

Рослини, препарати з яких є наркотичними (снотворними) засобами.

Дурман (насіння), мак (сік-опіум), багно (трава), сон-трава, латук посівний (сік).

Рослини, препарати з яких є обволікаючими й пом'якшувальними засобами.

Крохмаль (для клізми), рожа лікарська (корінь), лаватера (корінь), зозулинець чоловічий (салеп), подорожник (насіння), блошник (насіння), овес (куліш з вівсяних крупів), іван-чай (листя), калачики лісові (цвіт і листя), рожа чорна (цвіт), медунка лікарська (трава), бузина чорна (листя), пирій (корінь), дивина скипетровидна (цвіт і насіння), анісове насіння, омела (трава), гречка звичайна (трава), буркун жовтий (трава), гірчак перцевий (трава; зовнішньо), материнка (трава), живокіст (корінь), коноплі (сім'я), арніка (цвіт), огірочник (цвіт і листя).

Рослини, препарати з яких є освіжаючими засобами.

Брусниця (сік з ягід), овес (зерно), кукурудза (коси), мигдальна олія, м'ята перцева (трава), кмин (насіння), шавлія (трава), кохлеарія (трава), мед (пити, як чай), хрін (корінь).

Рослини, препарати з яких є очисними засобами при водянці, хворобах печінки, жовтяниці та шкірних хворобах.

Береза (листя й бруньки), лутига розлога (трава), кукурудза (коси), агава (листя), анісове сім'я, подорожник (листя), цикорій (корінь), терен (цвіт), гірчак перцевий (трава), жовтушник (трава насіння), ластовень (корінь), братки триколірні (трава), бедринець (корінь), бузина чорна (ягоди й коріння), гірчак шорсткий (трава; при золотусі), любисток (корінь і листя), дрік красильний (трава), нетреба (трава), волоський горіх (листя), тирлич — обидва види (корінь), ожина (цвіт і листя), коноплі (сім'я), настурція лікарська (свіжа трава), кохлеарія (трава), лопух (корінь), мигдальна олія, ялівець (ягоди), грицики (трава), коронарія зозуляча (трава), рожа чорна (цвіт), чистотіл (сік), соняшник (цвіт), полин (трава), суниці лісові (ягоди й трава), пирій (коріння), хвощ польовий (трава), череда (трава), крушина ламка (ягоди), кропива жалка (корінь), чорниця (ягоди), конвалія (цвіт), розмарин (листя), барвінок (трава), перстач гусячі лапки (трава), нагідки (цвіт), грицики (трава), чебрець звичайний (трава), чебрець боровий (трава), нечуй-вітер волохатий (трава), чорнобил (корінь), хміль (цвіт і шишки), глуха кропива (трава), рутка (трава), редька, мед (пити, як чай).

Рослини, препарати з яких є потогінними засобами — див. **Рослини, препарати з яких є жарознижувальними засобами.**

Рослини, препарати з яких є проносними засобами.

Олександрійське листя, міхурник (стручки), жостір проносний (ягоди), подорожник великий (насіння), блошник (насіння), крушина ламка (кора), морська капуста, або ламінарія цукриста (її водорості), щавель кінський (корінь), переступень білий (корінь), ластовень (корінь), бедринець (корінь), бузина чорна (квітки), брусниця (вода від квашених ягід), буквиця (трава), очиток їдкий (трава), курячі очка (трава), терен (цвіт і листя), ревінь (корінь), льон (сім'я), барвінок (трава), солодка гола (корінь), маренка запашна (трава), верблюжа трава (корінь), пирій (коріння), морква (коренеплід), оливова олія, дрік красильний (трава), льонок (трава).

Рослини, препарати з яких є протиблювотними засобами.

М'ята перцева (трава), дудник лісовий (корінь).

Рослини, препарати з яких є протигнильними й протигнійними засобами.

Пижмо (цвіт і насіння), бадан (корінь), чебрець боровий (трава), брусниця (ягоди), кмин (насіння), евкаліпт (листя), цибуля городня (дієта), тирлич хрещатий (корінь), гірчак перцевий (трава), подорожник (листя), часник (головка), настурція лікарська (трава), мигдаль (олія), чебрець звичайний (листя), шавлія (трава), щавель кислий (свіже листя), волоський горіх (листя), рутка лікарська (трава), ожина (листя), ялівець (ягоди), кохлеарія (трава), дивина скипетровидна (цвіт), морська капуста, татарник (трава), нагідки (цвіт), чорнокорінь лікарський (корінь), редька (коренеплід).

Рослини, препарати з яких є протизапальними засобами.

Лох (плоди; сильний засіб), сухоцвіт драговинний (трава), нагідки (цвіт), рожа лікарська (корінь), лаватера (корінь), звіробій (трава), підбіл (листя), льонок (трава), медунка (трава), агава (листя), бузина чорна (відвар з листя на меду або квітки), кукурудза (коси), кропива жалка (трава), плаун булавовидний (трава й спори), живокіст (корінь), курячі очка (трава), настурція лікарська (свіжий сік), сокирки (трава), копитняк (корінь), собача кропива (трава), маковий цвіт, малина (ягоди), липовий цвіт, гранатник (лушпайки з плодів), ромашка (цвіт), тирлич хрещатий (трава), горицвіт (трава), бадан (корінь), блошник (насіння), родовик (корінь), іван-чай (листя), пирій (коріння), подорожник (насіння), перстач прямостоячий (корінь), багно (трава), купина (корінь), оман (корінь), коронарія зозуляча (цвіт), дубова кора, диня (свіжий сік), волошка синя (цвіт), капуста свіжа (листя), вільха (кора й шишки), часник (головка), гречка звичайна (свіже листя), дурман (листя), суниці лісові (трава), алое (листя), ожина (цвіт і листя), верба козяча (кора), розхідник плющовидний (трава), лопух (корінь), мигдаль (олія з плодів), морква (коренеплід), мильнянка (корінь), спориш (трава), кульбаба (трава й корінь), пижмо (цвіт і насіння), полин (трава), селера пахуча (трава й корінь), таволга в'язолиста (трава й корінь), череда (трава), цикорій (корінь), латук посівний (олія), черемха (цвіт), цикламен (сік), в'яз (кора), терен (кора й корінь), квасоля (стручки), фіалка запашна (трава), хміль (цвіт і листя), шипшина (ягоди), арніка (цвіт), береза (листя й бруньки), чина лучна (трава), ожина (цвіт, листя й стебла), редька (коренеплід).

Рослини, препарати з яких є протиотрутами.

Братки триколірні (трава), ластовень (корінь), мильнянка (корінь), блювотний корінь, термопсис (трава), беладонна (трава й коріння), дубова кора.

Рослини, препарати з яких є протиревматичними засобами.

Бузок (цвіт і бруньки), оман (корінь), лопух (корінь), коронарія зозуляча (трава), береза (бруньки, листя й стебло), вільха (листя), грицики (трава), переступень білий (корінь), таволга в'язолиста (трава й коріння), татарник (листя), багно (трава), редька (коренеплід).

Рослини, препарати з яких є протиспазматичними й протисудомними засобами.

Маковий цвіт, перстач гусячий (трава), ромашка (трава), м'ята перцева (трава), дурман (листя й насіння), блекота (листя й насіння), анісове насіння, бедринець (корінь), волошка синя (цвіт), арніка (цвіт), калина (кора), беладонна (трава й корінь), росичка (трава), рута запашна (трава), сон-трава, татарник (листя; сильний засіб), береза (листя й бруньки), материнка (трава), липовий цвіт, деревій (трава), собача кропива (трава), чебрець звичайний (листя), горицвіт (трава), овес (солома).

Рослини, препарати з яких регулюють кровообіг та підносять тонус життя.

Лимонник (настойка плодів), горицвіт (трава), женьшень (корінь), зозулинець чоловічий (порошок з бульб).

Рослини, препарати з яких регулюють місячні.

Нагідки (цвіт), ластовень (корінь), меліса (трава), кропива жалка (трава), береза (листя й бруньки), алое (свіжий сік), оман (корінь), крушина ламка (ягоди), ромашка (цвіт), курячі очка (трава), гірчак шорсткий (трава), бедринець (корінь), розхідник плющовидний (листя), копитняк (корінь і листя), рутка лікарська (трава), любисток (корінь), петрушка (насіння), собача кропива (трава), чорнобил (трава), деревій (трава), гірчак почечуйний (трава), материнка (трава), м'ята перцева (трава), пижмо (цвіт), повитиця (трава), кукурудза (коси).

Рослини, препарати з яких регулюють обмін речовин в організмі.

Женьшень (корінь), оман (корінь), меліса (трава), кропива жалка (трава), береза (листя й бруньки), смородина (листя), пирій (корінь), дрік красильний (трава), настурція лікарська (свіжий сік), живокіст (корінь), кріп (насіння,) нетреба (трава), маренка запашна (трава, як додатковий засіб), волоський горіх (листя), чебрець боровий (трава), бузина чорна (корінь, листя й цвіт), рутка лікарська (трава), лопух (корінь), мильнянка (корінь), кульбаба (корінь), грицики (трава), спориш (трава), терен (цвіт), материнка (трава), хміль (шишки), череда (трава), цикорій (корінь), чорниця (ягоди), таволга в'язолиста (трава й корінь), підмаренник (трава), редька (коренеплід), суниці лісові (ягоди і трава), деревій (трава).

Рослини, препарати з яких регулюють функціональну діяльність шлунково-кишкового тракту.

М'ята перцева (трава), лепеха (корінь), анісове насіння, оман (корінь), бедринець (корінь), кропива жалка (трава), глуха кропива (трава), тирлич жовтий (корінь), тирлич хрещатий (корінь), гарбуз (м'якуш), алое (сабур), дудник лісовий (корінь), звіробій (трава), золототисячник (трава), часник (головка), терен (цвіт), цикорій (корінь), чорниця (ягоди), кульбаба (корінь), полин (трава), подорожник (листя), копитняк (трава й корінь), настурція лікарська (свіжий сік), лаванда (олія), нетреба (трава), береза (листя й бруньки), цмин пісковий (трава), розмарин (листя), валеріана (корінь), капуста кис-

ла (дієта), любисток (корінь), кмин (насіння), собача кропива (трава), чорнобил (трава), рутка лікарська (трава), термопсис (трава), льонок (трава), мигдаль (олія з плодів), мильнянка (корінь), вільха (кора й шишки), волоський горіх (листя), женьшень (корінь), пижмо (цвіт), хміль (шишки), льон (сім'я), морська капуста або ламінарія (порошок), морква (насіння), ревінь (корінь), шавлія (трава), материнка (трава), чебрець боровий (трава), бобівник (листя), ракові шийки (корінь), шипшина (листя і ягоди), деревій (трава), хвощ польовий (трава), чебрець звичайний (листя), кріп (насіння), гвоздики польові (олія), розхідник плющовидний (листя).

Рослини, препарати з яких є серцевими засобами.

Лимонник (настойка з плодів), горицвіт (трава), чистець байкальський (трава), собача кропива (трава), валеріана (корінь), меліса (трава), ластовень (насіння), морська цибуля біла, женьшень (корінь), жовтушник (трава й насіння), конвалія (цвіт і ягоди), очиток їдкий (трава), суниці лісові (трава), панцерія (трава), копитняк (корінь і листя), глід (ягоди й цвіт), звіробій (трава), любисток (трава), розмарин (листя), шоломниця байкальська (кореневище), морська капуста, або ламінарія (порошок), часник (сік), гречка звичайна (цвіт), сухоцвіт драговинний (трава), мигдаль (олія).

Рослини, препарати з яких є сечогінними засобами.

Бузина трав'яниста (корінь), лопух (корінь), грицики (трава), смородина (ягоди, бруньки й листя), череда (трава; легкий засіб), петрушка (листя, корінь і насіння), береза (листя й бруньки), горобина (ягоди), бузина чорна (цвіт, ягоди, листя й корінь), суниці (ягоди), кукурудза (коси), кропива жалка (трава), первоцвіт (трава), бедринець (корінь), цмин пісковий (трава), морква (кореноплід і насіння), дрік красильний (трава), любисток (корінь), татарник (трава), гарбуз (м'якуш і насіння), льонок (трава), мильнянка (корінь), чебрець боровий (трава), кохлеарія (трава), гірчак шорсткий (трава), горицвіт (трава), плаун булавовидний (трава й спори), пирій (коріння), кульбаба (трава й корінь), панцерія (трава), редька (кореноплід), красоля (цвіт і листя), огірочник (трава), шолудивник болотяний (трава), гірчак почечуйний (трава), конопляне сім'я (настойка), полин (трава), меліса (трава), ялівець (ягоди; сильний засіб), дудник лісовий (корінь), селера (трава й коріння), сосна (бруньки й хвоя), таволга в'язолиста (трава й коріння), деревій (трава), терен (цвіт і листя), кріп (насіння), шипшина (ягоди), черемха (кора), шавлія (трава), маренка запашна (трава), спориш (трава), чебрець звичайний (листя), кмин (насіння), мучниця (листя), шолудивник болотяний (трава), квасоля (стручки), фіалка запашна (трава), часник (головка), конвалія (цвіт), жовтушник (трава й насіння), ластовень (корінь), овес (солома; внутрішній засіб), верблюжа трава (корінь), арніка (цвіт), волошка синя (цвіт), алое (листя), перстач, гусячі лапки (трава), анісове насіння, брусниця (листя й ягоди), курячі очка (трава), настурція лікарська (трава), ортосифон (трава), чорниця (ягоди), нагідки (цвіт), морська цибуля біла, копитняк (корінь), братки триколірні (трава), звіробій (трава), розхідник (листя), оман (корінь), ракові шийки (корінь), підмаренник (трава), хвощ польовий (трава), буквиця (трава), солодка гола (корінь), очиток їдкий (трава).

Додаток 2

УКРАЇНСЬКІ НАЗВИ РОСЛИН
(з зазначенням сторінки)

Агава американська, 10
Алое деревовидне, 12
Аніс звичайний, 14
Арніка гірська, 15
Багно звичайне, 17
Бадан товстолистий, 20
Бадьян зірчастий, 22
Барбарис звичайний, 22
Барвінок малий, 24
Бедринець ломикаменевий, 25
Беладонна, 26
Береза пухнаста, 28
Берізка польова, 31
Блекота чорна, 32
Блошник, 33
Блювотний корінь, 35
Бобівник трилистий, 36
Братки триколірні, 37
Брусниця, 39
Бузина трав'яниста, 41
Бузина чорна, 42
Бузок звичайний, 44
Буквиця лікарська, 45
Буркун лікарський, 47
Буряк звичайний, 48
Валеріана лікарська, 49
Верба козяча, 51
Вербена лікарська, 52
Верблюжа трава, 52
Винні ягоди, 54
Вільха сіра і чорна, 54
Вовче лико, 56
Волошка синя, 58
В'яз гладенький, 59
Гарбуз звичайний, 60
Гвоздики польові, 63
Гірчак перцевий, 64
Гірчак почечуйний, 66
Гірчак шорсткий, 67
Гірчиця сарептська, 67
Глід колючий, 69
Глуха кропива, 70
Горицвіт весняний, 72
Горіх волоський, 74
Горобина звичайна, 75
Гранатник звичайний, 76
Гречка звичайна, 78
Грицики звичайні, 78
Деревій звичайний, 80
Дивина скипетровидна, 82
Диня, 84
Дрік красильний, 84
Дуб звичайний, 86
Дудник лісовий, 89
Дурман звичайний, 91
Евкаліпт кулястий, 93
Женьшень, 94
Живокіст лікарський, 96
Жовтозілля звичайне, 98
Жовтозілля широколисте, 99
Жовтушник сіруватий, 100
Жостір проносний, 102
Звіробій звичайний, 103
Зигаденус сибірський, 105
Зозулинець чоловічий, 106
Золототисячник, 109
Іван-чай вузьколистий, 112
Калачики лісові, 112
Калина звичайна, 114
Капуста, 115
Квасоля звичайна, 116
Кмин звичайний, 117
Кнік бенедиктинський, 119
Конвалія звичайна, 120
Коноплі посівні, 121
Конюшина червона, 122
Копитняк європейський, 123
Коронарія зозуляча, 125

Котячі лапки (білі), 126
Кохлеарія, 129
Красоля, 129
Кріп запашний, 130
Кропива дводомна, 132
Крохмаль, 134
Крушина ламка, 134
Кукурудза, 135
Кульбаба лікарська, 136
Купина лікарська, 138
Курай Ріхтера, 139
Курячі очка польові, 140
Лаванда справжня, 142
Лаватера тюрінгська, 143
Лавр благородний, 144
Ламінарія цукриста, 144
Ласкавець козелецелистий, 145
Ластовень лікарський, 146
Латук посівний, 147
Лепеха болотяна, 148
Лимонник, 151
Липа вузьколиста, 152
Лілія біла, 153
Лопух справжній, 154
Лох, 159
Лутига розлога, 160
Любисток лікарський, 161
Льон посівний, 162
Льонок звичайний, 163
Мак снотворний, 165
Малина звичайна, 166
Маренка запашна, 167
Материнка звичайна, 169
Мед, 171
Медунка лікарська, 172
Меліса лікарська, 174
Мигдаль звичайний, 176
Миколайчики сині, 177
Мильнянка лікарська, 178
Міхурник деревовидний, 180
Морква, 181
Морська цибуля, 182
Мучниця звичайна, 183
М'ята перцева, 185
Нагідки лікарські, 187
Настурція лікарська, 189
Нетреба звичайна, 191
Нечуй-вітер волохатий, 192
Овес, 193
Огірочник лікарський, 195
Ожина сиза, 196
Олександрійське листя, 197
Оливове дерево, 198
Оман високий, 199
Омела біла, 201
Ортосифон, 203
Осика, 204
Очиток їдкий, 204
Панцерія, 206
Первоцвіт лікарський, 207
Переступень білий, 209
Перець стручковий, 210
Перстач гусячий, 211
Перстач прямостоячий, 212
Петрушка посівна, 214
Пижмо звичайне, 215
Пирій повзучий, 218
Підбіл, 219
Підмаренник справжній, 221
Плаун булавовидний, 222
Повитиця європейська, 224
Подорожник великий, 225
Полин гіркий, 227
Прангос кормовий, 230
Ракові шийки, 232
Ревінь чорноморський, 234
Редька посівна, 235
Ріпа, 237
Родовик лікарський, 238
Рожа лікарська, 239
Рожа чорна, 241
Розмарин справжній, 242
Розхідник плющовидний, 243
Ромашка без'язичкова, 245
Росичка круглолиста, 247
Рута запашна, 248
Рутка лікарська, 250
Селера пахуча, 252
Синюха блакитна, 253
Синяк звичайний, 255
Скипидар, 255
Смовдь аптечна, 256
Смолянка липка, 258
Смородина чорна, 259
Собача кропива звичайна, 260
Сокирки польові, 262
Солодка гола, 263
Сон-трава лучна, 263
Соняшник однорічний, 265
Сосна звичайна, 266
Спориш звичайний, 268
Суниці лісові, 270
Сухоцвіт драговинний, 271
Таволга в'язолиста, 274
Татарник колючий, 276
Терен, 277
Термопсис ланцетний, 278
Тирлич жовтий, 281

Тирлич хрещатий, 283
Тополя чорна, 285
Фіалка запашна, 285
Хвощ польовий, 287
Хміль звичайний, 290
Хрін звичайний, 291
Цибуля городня, 292
Цикламен європейський, 293
Цикорій дикий, 295
Цитварний полин, 297
Цмин пісковий, 298
Часник, 300
Чебрець боровий, 302
Чебрець звичайний, 304
Чемериця біла, 306
Череда трироздільна, 308
Черемха звичайна, 309
Чина лучна, 310
Чистець байкальський, 311
Чистотіл звичайний, 311
Чорниця, 313
Чорнобил, 314
Чорнокорінь лікарський, 316
Шавлія лікарська, 317
Шипшина звичайна, 319
Шипшина французька, 322
Шоломниця байкальська, 323
Шолудивник болотяний, 324
Щавель кислий, 325
Щавель кінський, 325
Щитник чоловічий, 326
Ялівець звичайний, 328
Ясен звичайний, 330

* *
*

Вугілля деревне, 330
Крейда, 331
Оцет, 331.

ЗМІСТ

	Стор.
Від автора	3
Вступ	5
I. Загальні відомості про рослини, які застосовують у народній медицині	7
1. Збирання, сушіння та зберігання рослин	7
2. Форми лікарських препаратів з рослин	7
3. Процедури при лікуванні травами . .	9
II. Опис рослин і лікувальне застосування їх у народі	10
Список лікарських рослин за дією на організм	333
Українські назви рослин (з зазначенням сторінки)	343

Попов Алексей Петрович

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ
В НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ
(на украинском языке)

Перекладач І. А. Черненко
Редактор В. Г. Дроботько
Редактор видавництва І. М. Бабко-
Художник Р. М. Саєнко
Художній редактор М Ф. Кормило
Техредактор Л. О. Запольська
Коректори Н. К. Сопіженко, В. О. Черевко,
В. М. Яцюк

БФ 02730. Замовлення № 674. Тираж 250 000 (II завод — 150 000). Підписано до друку 18 VI 1965 р. Обл.-вид. арк. 19,73. Папір 84 × 108¹/₃₂. Паперових 5,437. Фізичн. друк. арк. 10,875. (Умовн. друк. арк. 18,27). Ціна 1 крб. 14 коп. Т. П. 1965 — № 195.

Київська фабрика набору Державного комітету Ради Міністрів УРСР по пресі, Київ, вул. Довженка, 5.